



Tiina Anttila, Laura Pohjola & Anna-Kristiina Sirviö

LIIKUNNALLISTEN PERINNELEIKKIEN HIPPAKERHO ESIKOULUIKÄISILLE

LIIKUNNALLISTEN PERINNELEIKKIEN HIPPAKERHO ESIKOULUIKÄISILLE



Tiina Anttila, Laura Pohjola &
Anna-Kristiina Sirviö
Opinnäytetyö
Syksy 2012
Sosiaalialan koulutusohjelma
Oulun seudun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun seudun ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

Tekijät: Tiina Anttila, Laura Pohjola & Anna-Kristiina Sirviö
Opinnäytetyön nimi: Liikunnallisten perinneleikkien Hippakerho esikouluikäisille
Työn ohjaajat: Markku Koivisto & Raija Tammi
Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Syksy 2012 Sivumäärä: 41 + 9 liitettä

Toteutimme toiminnallisen opinnäytetyömme järjestämällä liikunnallisten perinneleikkien Hippakerhon kahdessa esikouluryhmässä Oulun kaupungin päiväkodissa. Molemmille ryhmille suunniteltiin ja toteutettiin neljä toimintakertaa keväällä 2012. Hippakerhon suunnittelun ja toiminnan perustana oli opinnäytetyön viitekehys, johon kuuluivat liikuntakasvatus, esikouluikäisen lapsen kasvu ja kehitys, konstruktivistinen oppimiskäsitys, lapsilähtöisyys ja holistinen ihmiskäsitys.

Tavoitteena oli tukea lasten innostusta liikuntaan ohjaamalla ja opettamalla monipuolisia, liikunnallisia perinneleikkejä. Ohjauksen ja opetuksen tuli olla lapsilähtöistä, mielenkiintoista sekä lasten motivaatiota ylläpitävää. Tavoitteena oli lisäksi vahvistaa lasten positiivista käsitystä liikunnasta. Kokonaisuudessaan opinnäytetyön tavoitteena oli tukea ammatillisuutemme ja kompetenssiemme kehittymistä sosionomeina varhaiskasvatuksessa.

Hippakerhon aikana keräsimme palautetta lapsilta ja ryhmien lastentarhanopettajilta. Lasten palaute kerättiin jokaisen toimintakerran lopulla pienryhmissä. Äänitimme lasten kanssa käytyt keskustelut. Lastentarhanopettajilta saimme kirjallista palautetta jokaiselta toimintakerralta ja keskustelimme siitä. Palautteen pohjalta muokkasimme ja kehitimme toimintaamme seuraavalle toimintakerralle.

Lasten ja lastentarhanopettajien antamien palautteiden sekä oman arviomme mukaan lapset olivat innostuneita Hippakerhosta ja odottivat toimintakertoja. Lastentarhanopettajien palautteen mukaan Hippakerho oli innostava ja lapset huomioonottava; suurin osa lapsista oli toimintakerroilla innostuneena mukana. Ohjauksemme ja opetuksemme kehittivät varmemmiksi ja sujuvammiksi toimintakertoja edetessä.

Asiasanat: liikuntakasvatus, varhaiskasvatus, esikouluikäinen lapsi, lapsilähtöisyys, perinneleikit, konstruktivistinen oppimiskäsitys

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

Authors: Tiina Anttila, Laura Pohjola & Anna-Kristiina Sirviö
Title of thesis: Traditional and Physical Plays For Preschool Children in Hippakerho
Supervisors: Markku Koivisto & Raija Tammi
Term and year when the thesis was submitted: Autumn 2012
Number of pages: 41+ appendices 9

Nowadays children do not exercise as much as they should. Exercise is essential to children's development and growth. Also we noticed during our practical trainings that traditional plays are not very well known. That is why our thesis includes exercise and traditional plays.

The main aim of our bachelor's thesis was to support children's enthusiasm regarding exercise. The second aim was to keep the activity interesting, motivating and child-orientated. The learning objective of the whole process was to support our professional growth as kindergarten teachers.

Hippakerho club was organised for two preschool groups in a kindergarten in Oulu. The theme of the club was traditional plays. Documents and principles of early childhood education directed the planning and execution of the club which included four sessions to both groups. The sessions based on diverse traditional and physical plays. In order to develop activity in Hippakerho feedback was collected from children in small groups. Kindergarten teachers gave feedback in written.

According to the feedback of kindergarten teachers children were enthusiastic and liked activity in Hippakerho club. Activity was suitable for children and it was interesting and motivating. Our guidance and teaching skills developed during the process: we got more certainty to our action and our confidence grew.

Keywords: physical education, early childhood education, preschool child, child-orientated activity, traditional plays, constructivism

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ.....	3
ABSTRACT.....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 HIPPAKERHON TAUSTA JA TAVOITTEET	8
3 LIIKUNTAKASVATUS	10
3.1 Päiväkoti liikuntakasvatuksen toimintaympäristönä	11
3.2 Liikunnalliset perinneleikit.....	13
4 ESIKOULUIKÄINEN LAPSI	15
4.1 Oppiminen	17
4.2 Leikki	18
4.3 Liikunta	19
5 HIPPAKERHON SUUNNITTELU.....	21
6 HIPPAKERHON TOTEUTUS	23
6.1 Maa, meri, laiva: ensimmäinen toimintakerta.....	23
6.2 Marjakori: toinen toimintakerta.....	25
6.3 Rump-rump-rellaa: kolmas toimintakerta.....	26
6.4 Kertaus on opintojen äiti: neljäs toimintakerta	27
7 HIPPAKERHON TOIMINNAN KOKONAISARVIOINTI	29
8 POHDINTA.....	36
LÄHTEET.....	39
LIITTEET	42

1 JOHDANTO

Liikkuminen ja leikkiminen ovat lapselle ominaisia tapoja toimia (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 20). Lapsen tasapainoiselle kehitykselle, kasvulle ja terveydelle on välttämätöntä, että esikouluikäinen lapsi harrastaa päivittäin monipuolista liikuntaa (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 16). Yli puolet lapsista ja nuorista ei kuitenkaan liiku terveytensä kannalta riittävästi, ja erittäin vähän liikkuvien suhteellinen osuus kasvaa nuoruusiässä. Liikkumattomuus heikentää lasten ja nuorten elämän laatua, aiheuttaa terveyshaittoja ja lisää terveysriskejä. (Karvinen, Rautio & Rätty 2010, 4–5.)

Leikki on lapsen tärkeä kehitystehtävä, jonka avulla lapsi harjaantuu fyysisesti, psyykkisesti sekä sosiaalisesti (Koivunen 2009, 40). Zimmer (2001, 18) kritisoi muun muassa liikunnallisten leikkien muuttumista laitostetuksi ja järjestäytyneeksi urheiluksi sekä luonnollisten leikki- ja liikuntapaikkojen vähäisyyttä. Tämän takia yksinkertaiset liikunnalliset perinneleikit ovat mielestämme tärkeitä: niitä varten ei tarvitse paljoa välineitä ja niitä voi leikkiä sekä sisällä että ulkona. Perinteisten leikkien katoamisesta ovat olleet huolissaan muun muassa Kalliala (1999) ja Piironen (2004) viimeisen vuosikymmenen aikana. Heidän mukaansa tietokoneet, konsolipelit ja televisio vievät ison osan lasten vapaa-ajasta ja yhdessä leikkimisen merkitys on vähentynyt.

Olimme havainneet opintoihin liittyvissä harjoitteluissa, etteivät lapset välttämättä leiki yhtä paljon perinneleikkejä kuin ennen. Perinneleikkejä voisi hyödyntää varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa. Mielestämme liikuntakasvatuksella on merkitystä siihen, miten lapsi liikkuu tulevaisuudessa ja millainen käsitys hänellä on liikunnasta. Varhaiskasvatusympäristön tulee olla liikkumiseen innostava, koska lapsen liikunnallinen elämäntapa alkaa kehittyä jo varhaisessa iässä (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 22). Halusimme tehdä toiminnallisen opinnäytetyön varhaiskasvatuksen alueelle, koska mielestämme se tukee parhaiten ammatillista kehittymistämme. Toiminnan suunnittelu, toteutus ja arviointi ovat lastentarhanopettajan keskeisintä osaamista.

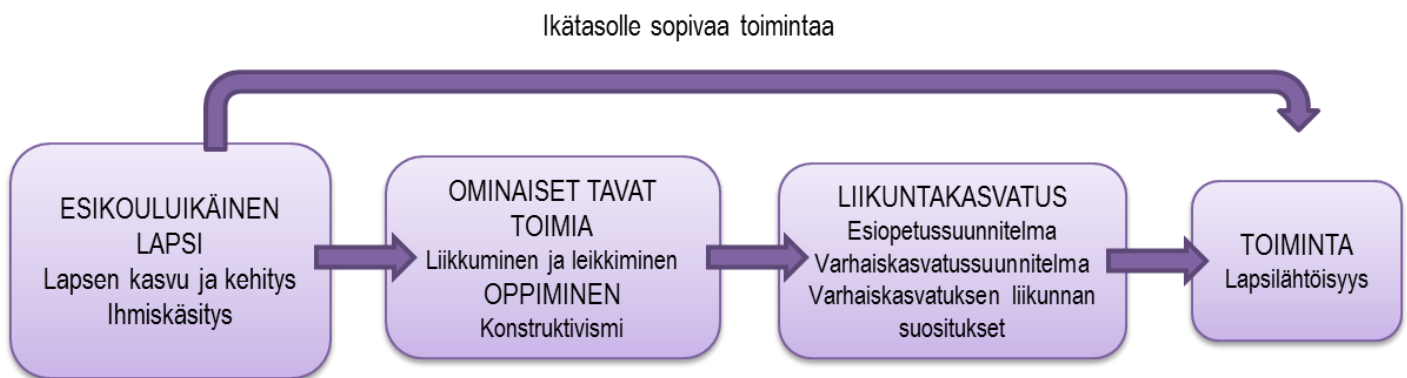
Toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluu raportti sekä tuotos eli produkti (Vilkkä & Airaksinen 2003, 65). Toteutimme opinnäytetyössämme liikuntakerhon lapsille Oulun kaupungin päiväkodissa kahdessa esikouluikäisten ryhmässä. Liikuntakerhon nimi oli Hippakerho, ja sen tavoitteena oli tukea lapsen innostusta liikuntaan liikunnallisten perinneleikkien avulla. Neljän toimintakerran ai-

kana ohjasimme ja opetimme lapsille perinneleikkejä. Hippakerhon leikit vaihtelivat monipuolisesti rauhallisesta *värit*-leikistä vauhdikkaisiin hippaleikkeihin. Toimintaamme ohjasivat lapsilähtöisyys, konstruktivistinen oppimiskäsitys sekä varhaiskasvatuksen liikuntaa ohjaavat asiakirjat.

Opinnäytetyömme raportti etenee taustasta ja tavoitteista viitekehykseen, jonka jälkeen käsittelemme Hippakerhon suunnittelua ja toteutusta. Toiminnan kokonaisarvioinnissa perustelemme ja arvioimme toimintaamme teorian avulla. Lopuksi pohdimme opinnäytetyön prosessia kokonaisuutena.

2 HIPPAKERHON TAUSTA JA TAVOITTEET

Opinnäytetyömme viitekehys on ohjannut toimintaamme koko prosessin ajan suunnittelusta kerhon lopetukseen. Alla olevassa kuviossa ovat viitekehyyksen keskeiset käsitteet. Esikouluikäinen oli toimintamme lähtökohta, ja perehdyimme 6–7-vuotiaan kasvuun ja kehitykseen. Pohdimme toimintaamme ohjaavaa ihmiskäsitystä eli sitä, kuinka näemme ja kohtaamme lapsen. Hippakerhoon kuuluu olennaisesti kaksi lapselle ominaista tapaa toimia: liikkuminen ja leikkiminen. Esiopetuksessa oppiminen nähdään konstruktivistisena prosessina eli lapsen oppiminen perustuu aikaisempaan tietoon ja kokemuksiin oppimisesta (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 10). Esiopetuksen opetussuunnitelman lisäksi liikuntakasvatusta ohjaavat Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet sekä Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Liikuntakasvatus on tavoitteellista, ohjattua ja suunniteltua toimintaa, jonka olennaisena lähtökohtana on muun muassa lapsilähtöisyys. (Zimmer 2001, 111; Hujala & Turja 2011, 143.) Toimintamme pohjana oli lapsilähtöisyys, ja esikouluikäinen lapsi on otettu huomioon järjestämällä Hippakerhossa ikätasolle sopivaa toimintaa. Esikouluikäisiä kiinnostavat vauhdikkaat sääntöleikit, jotka vaativat fyysistä aktiivisuutta (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2006, 77). Monipuoliset ja liikunnalliset perinneleikit sopivat hyvin esikouluikäisen liikuntaan.



KUVIO 1. Opinnäytetyön keskeiset käsitteet

Toiminnallisen opinnäytetyömme päätavoitteena oli tukea lasten innostusta liikuntaan. Opinnäytetyömme tulostavoitteena oli ohjata ja opettaa monipuolisia, liikunnallisia perinneleikkejä esikouluikäisille lapsille Hippakerhossa siten, että he osaisivat leikkiä leikkejä omatoimisesti. Toiminnallisena tavoitteena oli se, että ohjauksemme ja opetuksemme olisivat lapsille mielenkiintoisia sekä

lasten motivaatiota ylläpitäviä. Tavoitteena oli lisäksi vahvistaa lasten positiivista käsitystä liikunnasta. Oppimistavoitteenamme oli kehittää lasten ohjaamista lapsilähtöisesti. Toisena oppimistavoitteenamme oli kehittää liikuntakasvatuksen toiminnan suunnittelua sekä lasten havainnointia Hippakerhon aikana.

Lisäksi opinnäytetyömme tavoitteena oli tukea ammatillisuutemme ja kompetenssiemme kehittymistä sosionomeina varhaiskasvatuksessa. Sosiaalialan koulutusohjelman tuottamista kompetensseista tavoitteena oli kehittää asiakastyön osaamista, sosiaalialan eettistä ja palvelujärjestelmän osaamista. Sosionomin asiakastyön osaamiseen kuuluu kyky suunnitella, toteuttaa ja arvioida pedagogisesti kehittävää ja tavoitteellista toimintaa lapsille ottaen huomioon varhaiskasvatuksen keskeiset periaatteet. Palvelujärjestelmäosaamisen osalta sosionomi tuntee varhaiskasvatuksen asiakirjat sekä lainsäädännön ja osaa soveltaa niitä omaa tietoperustaa hyödyntäen. (Sosiaaliportti 2010, hakupäivä 10.10.2012.) Eettiseen osaamiseen kuuluu se, että sosionomi on sisäistänyt sosiaalialan arvot ja ammattieettiset periaatteet sitoutuen toimimaan niiden mukaisesti. Asiakkaalla on oikeus yksityisyyteen, mikä oli otettava huomioon opinnäytetyötä tehtäessä. Varhaiskasvatuksessa sosionomi ottaa huomioon jokaisen lapsen ainutkertaisuuden ja hänen toimintaansa ohjaa lapsilähtöisyys. Työyhteisön jäsenenä sosionomi osaa antaa sekä vastaanottaa rakentavaa palautetta. (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarimo 2009, 18, 186; Sosiaaliportti 2010, hakupäivä 10.10.2012.)

3 LIIKUNTAKASVATUS

Liikuntakasvatuksella tarkoitetaan ohjattuja, säännöllisiä ja enakkoon suunniteltuja liikunta-aikoja, joissa annetaan tilaa lasten ideoille ja kiinnostuksen kohteille. Liikuntakasvatuksella on monta tavoitetta ja tehtävää, muun muassa vastata lapsen tarpeeseen liikkua tarjoamalla heille sopivia liikuntamahdollisuuksia, kasvattaa ja parantaa lapsen motorisia kykyjä ja taitoja sekä auttaa lasta säilyttämään ilo liikkumiseen, uteliaisuus ja toimintahalu. (Zimmer 2001, 111.) Olennaisia lähtökohtia liikuntakasvatuksessa ovat esimerkiksi lapsilähtöisyys, tilannekohtaisuus ja mahdollisuus kokeilemiseen, pienten liikunnallisten ongelmien ratkaisemiseen (em.; Hujala & Turja 2011, 143). Varhaiskasvatuksen liikunnan opetusmenetelmiksi soveltuvat hyvin leikin erilaiset muodot, kuten liikuntaleikit ja -pelit erilaisine sääntöineen ja rooleineen (Hujala & Turja 2011, 143).

Esiopetuksen yksi keskeinen sisältöalue on fyysinen ja motorinen kehitys. Lapsen tasapainoiselle kehitykselle, kasvulle ja terveydelle on välttämätöntä, että esikouluikäinen lapsi harrastaa päivittäin monipuolista liikuntaa. Ohjatun liikunnan lisäksi mahdollistetaan lapsen omaehtoinen leikki sekä liikunta ja lasta ohjataan liikkumaan turvallisesti lähiympäristössään. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 16.) Esiopetuksen liikunnan perusta ovat onnistumisen kokemukset sekä vuorovaikutustaitojen oppiminen (Pulli 2001, 44).

Päivittäinen liikkuminen on perusta lapsen terveille kasvulle ja hyvinvoinnille. Liikkuessa ajatellaan, koetaan riemua, opitaan uutta sekä ilmaistaan tunteita. Liikunnallisen elämäntavan kehittyminen aloitetaan jo varhaisessa lapsuudessa, niinpä varhaiskasvatusympäristön tulisi olla liikkumiseen innostava. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 22.) Koska lapset liikkuvat nykyään vähän ja viettävät aikaansa enemmän sisällä kuin ulkona, on tärkeää että aikuiset innostavat ja mahdollistavat lapsien liikkumista sekä monipuolista leikkimistä. Lähtökohta on se, että lapsi tarvitsee liikuntaa vähintään kaksi tuntia päivittäin ja sen tulisi olla reipasta, sellaista jossa lapsi hengästyy. Nämä kaksi tuntia tulisi koostua useista liikuntakerroista päivän aikana. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 10). Samat suositukset tulevat esiin myös Oulun kaupungin varhaiskasvatussuunnitelmassa (2011, 24).

3.1 Päiväkoti liikuntakasvatuksen toimintaympäristönä

Varhaiskasvatusympäristö muodostuu psyykkisistä, fyysisistä ja sosiaalisista tekijöistä, joihin kuuluvat muun muassa rakennetut tilat, lähiympäristö, välineet ja erilaisiin tilanteisiin liittyvät sosiaaliset ja psyykkiset ympäristöt. Varhaiskasvatuksen moniammatillisen henkilökunnan tehtävä on suunnitella toimintaa, ja rakentaa varhaiskasvatusympäristö, jossa toteutuvat sekä sisällölliset orientaatiot että lapsille ominaiset tavat toimia (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 17).

Hyvin rakennetussa varhaiskasvatusympäristössä on huomioitu sekä turvallisuus että lapselle ominaiset tavat toimia, kuten liikkuminen ja leikkiminen. Lisäksi ympäristön tulee olla riittävän haastava ja rohkaista lasta liikkumaan sekä leikkimään. Esimerkiksi liikuntavälineiden tulisi olla lasten saatavilla ohjattujen liikuntakertojen lisäksi myös omaehtoiseen leikkiin ja liikkumiseen. (em., 22–23.) Liikkumisen avulla lapsi voi kokeilla ”omien siipien kantamista turvallisessa ympäristössä”: pystynkö, osaanko, uskallanko, onnistunko (Numminen 2005, 33).

Lapsilähtöisyyden ideana on se, että kasvatusprosessin tavoitteet, sisällöt ja menetelmät lähtevät lapsesta eli kasvatuksen suunnittelun keskipisteessä on lapsi omassa sosiokulttuurisessa kontekstissaan. Tällöin varhaiskasvatuksen työntekijän toiminta keskittyy enimmäkseen lasten havainnointiin, kuuntelemiseen ja tutustumiseen lapsen elämään kokonaisuudessaan. (Hujala, Purroila, Parrila & Nivala 2007, 56.) Lapsikeskeisen kasvatusajattelun pohjana on yksilöllisyyden kunnioittaminen ja yksilöidenvälinen tasa-arvo, eli jokainen lapsi on arvokas ja hyväksyttävä sellaisenaan. Lapsen sovittaminen jonkinlaisen standardin rajoihin ei kuulu lapsikeskeiseen kasvatusajatteluun, vaan lapsen ainutkertaisten tarpeiden ja kiinnostuksenkohteiden tulisi olla työntekijöille aina yhtä tärkeitä ja samanarvoisia. (Hytönen 2004, 11.) Lapsikeskeiseen liikuntaan sisältyy idea siitä, että lapset pääsevät vaikuttamaan omaan toimintaansa (Pulli 2001, 55).

Varhaiskasvatuksen työntekijöiden toiminnassa on tärkeää, että lapsille mahdollistetaan päivittäinen liikkuminen. Lapsilla tulisi olla ainakin yksi ohjattu liikuntatuokio viikossa ja niitä tulisi olla sekä sisällä että ulkona. Säännöllinen ohjattu liikunta on merkittävä tekijä lapsen kokonaisvaltaisessa kehityksessä ja lasten motorista kehitystä tulee havainnoida säännöllisesti. Työntekijöiden tulee kannustaa vähän liikkuvia lapsia liikkumaan. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 17–18; Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 22–23.) Heidän tulee ohjata lasta liikku-

maan turvallisesti lähiympäristössä sekä ymmärtämään liikunnan merkitys ihmisen terveydelle ja hyvinvoinnille (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 16).

Varhaiskasvatuksen työntekijän tehtävänä on suunnitella ja toteuttaa kaikkia lapsia aktivoivaa ja monipuolista liikuntaa (Oulun kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2011, 24). Liikuntatuokion suunnittelu ja valmistelu ovat tarpeellisia, mutta tuntisuunnitelman on oltava joustava ja lasten tarpeiden mukaan muuttuva. Suunnitelmassa on annettava tilaa myös lasten omille ideoille ja niiden toteutukselle. Suunnittelu ja valmistelu vaikuttavat liikuntatuokion onnistumiseen: kun toimintaa on etukäteen suunniteltu, minimoidaan ryhmien siirtelyyn ja odottamiseen liittyvä aika sekä saadaan kaikki lapset liikkumaan samaan aikaan. Samaa suunnitelmaa voi käyttää useamman kerran muokkaamalla sitä hieman seuraavalle kerralle. Liikuntatuokioilla on aina tarkoituksensa ja tavoitteensa, mutta oppimiseen liittyvät tavoitteet asetetaan aina pitkälle aikavälille. (Pulli 2001, 55–57; Zimmer 2001, 137.) Liikuntatuokion suunnittelussa on tärkeää ottaa huomioon se, että liikunnan määrä on mahdollisimman suuri. Jotta lapsi voi kehittyä liikkujana, hänen tulee saada liikua ohjattujen tuokioiden aikana mahdollisimman paljon. Ennen tuokiota on hyvä pohtia myös sitä, miten luodaan myönteinen ilmapiiri ohjatulle liikuntatuokiolle ja miten vähän liikkuvat lapset saadaan mukaan. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 18; Hujala & Turja 2011, 143.) Mitä hauskeempaa toiminta on, sitä helpompi lapsia on motivoida (Gallahue & Cleland Donnelly 2003, 98).

Onnistunut liikuntatuokio on iloinen, mukaansatempaava ja motivoiva, ja sen aikana jokainen lapsi tuntee onnistuvansa. Tärkeää on, että lapsille tulee hiki ja he hengästyvät monta kertaa tunnin aikana (Pulli 2001, 52, 58). Kun lapsi hengästyy ja hänen kasvonsa punoittavat, on leikki ollut fyysisesti rasittavaa (Nurmi ym. 2006, 77). Lapsen itseluottamus ja myönteinen käsitys osaamisestaan vahvistuvat, kun lasta kannustetaan tehtävän tekemiseen ja oman osaamisen kehittämiseen. Onnistumiset ja osaaminen motivoivat jatkamaan liikkumista. (Autio & Kaski 2005, 97.)

Työntekijöiden on osattava muokata toimintatapaansa jokaisen lapsen ja tilanteen mukaan. Tämä tuo haasteita työlle, koska jokainen lapsi on tietysti erilainen ja kuten myös jokainen päivä. Työntekijän on tärkeää tuntea lasten tarpeet ja lapsiryhmä sekä ottaa huomioon lasten taito- ja ikätaso. (Autio & Kaski 2005, 60; Järvinen, Laine & Hellman-Suominen 2009, 36.) Jokaisella työntekijällä on oma persoonallinen tapansa olla vuorovaikutuksessa lasten kanssa ja ohjata ryhmää. Työntekijän on oltava aito ja kannustava. Tärkeää on tiedostaa oman toimintansa lähtökohdat, ihmiskäsityksensä ja arvonsa, sillä työntekijän käsitykset ja oletukset vaikuttavat ohjaamiseen.

Olennaista on, millaisen mallin lapset saavat. (Autio & Kaski 2005, 64–65, 68, 70.) Työntekijän on hyvä valita sellaisia leikkejä, joista itse pitää, sillä tällöin aikuisen innostus välittyy myös lapsille. Leikinvetäjän on hyvä osata leikin säännöt itse ennen kuin kertoo ne lapsille ja huolehtia että lapset ovat ymmärtäneet säännöt. (Mäkinen 2006, 10.)

3.2 Liikunnalliset perinneleikit

Leikit ovat kansankulttuuria, joista ei jää merkintöjä virallisiin historiankirjoihin (Piironen 2004, 220). Kallialan (1999, 50) mukaan lasten leikkikulttuuri on erottamaton osa sitä kulttuuria, jossa se muotoutuu, mutta toisaalta se on erityistä kulttuurista pätevyyttä edellyttävä erillinen osakulttuuri. Aika muuttaa leikkiä: joidenkin leikkien muodot ja merkitykset ovat muuttuneet ajan kuluessa, mutta perusteemat ovat säilyneet ennallaan (em., 53). Perinteisen hippaleikin säännöt kertovat ajankohtaisesta lastenkulttuurista ja lasten kulttuurisesta kompetenssista: ”leikin sääntöihin on helppo yhdistää yleisesti tunnettuun teemaan perustuvia lisukkeita” (Kalliala 1999, 87).

Kallialan mukaan erityisesti perinteiset pihaleikit ovat huomattavasti vähentyneet. Esikouluikäiset ovat kiinnostuneita sääntöleikeistä, mutta ongelmallista on se, missä 6-vuotiaat voivat omaksua näitä leikkejä. Pihayhteisöjen ikäjako katkaisee leikkien siirtämisen nuoremmille lapsille: voi olla, että 6-vuotiaat eivät kuulu pihayhteisöön, jossa leikkejä voi oppia isommilta. Mitä vähemmän perinteisiä sääntöleikkejä leikitään, sitä vähemmän käytetään niiden aloitukseen liittyviä loruja, esimerkiksi *entten tentten* -lorua. Parhaimmillaan loru edesauttaa leikin nopeaa aloittamista kinna-matta. (Kalliala 1999, 90, 100–101)

Sekä Kalliala että Piironen ovat kiinnittäneet huomiota television ja erilaisten pelien vaikutuksista lasten liikkumiseen. Piironen (2004, 236) esimerkiksi on huolissaan aktiivisten ja sosiaalisia taitoja kartuttavien yhteisöllisten leikkien tilanteesta. Ohjaamalla ja opettamalla liikunnallisia perinneleikkejä siirrämme perinteitä lapsille, jolloin selvästi toteutuu historiallis-yhteiskunnallinen orientaatio. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa historiallis-yhteiskunnallinen orientaatio on määritelty, että lasten kanssa luodaan kuvaa niin menneisyydestä kuin nykyisyydestäkin eri aikakausien esineiden ja dokumenttien avulla. Aikaulottuvuutta menneisyyteen voidaan hahmottaa nähtävyyksillä, lähiympäristön kohteilla ja vanhempien ihmisten avulla. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 28.) Historiallis-yhteiskunnallisen orientaation voi integroida liikuntakasvatukseen tutustumalla muun muassa omien vanhempien ja isovanhempien leikkimiin vanhoihin liikuntaleikkeihin (Hujala & Turja 2011, 145–146).

Oulun kaupungin varhaiskasvatussuunnitelmassa todetaan, että oululaiselle varhaiskasvatukselle on laadittu oma kulttuurinen linjaus (2011, 29). Historiallis-yhteiskunnallista orientaatiota koskien kaupungin varhaiskasvatussuunnitelmassa mainitaan leikkihistoriaan tutustuminen perinneleikkien avulla (Oulun kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2011, 33). Perinneleikeissä yhdistyy monipuolista ja mielikuvituksellista liikuntaa eikä leikkeihin yleensä tarvitse suurta välineistöä. Leikkejä on lukuisia ja niitä voi leikkiä sisällä tai ulkona, isossa tai pienessä ryhmässä. Koska perinteiset leikit eivät ole vuosienkaan saatossa juuri muuttuneet, voivat vanhemmat ja isovanhemmat leikkiä niitä yhdessä lasten kanssa. Perinneleikkeihin kuuluu myös luonnollisesti vuoron odottaminen ja toisten huomioon ottaminen leikin aikana sekä sääntöjen mukaan toimiminen. Tämä kehittää leikin ohella lapsen sosiaalisia taitoja ja kärsivällisyyttä. Jokainen saa olla hippa tai johtaja vuorollaan. (Perinneleikkiopas 2009.) Jotta aikuinen onnistuisi mahdollisimman hyvin leikkiperinteen siirtäjänä, on hänen oltava tietoinen leikin merkityksestä. Hajanainen leikki ei ole riittävä, vaan leikin pitää vetää kaikki mukaansa, jolloin se tuo kaikille tyydytystä. (Kalliala 2011, 20.)

4 ESIKOULUIKÄINEN LAPSI

Esikouluikäinen on keskilapsuuden alussa, mikä on selkeä kehityksellinen siirtymävaihe. Keskilapsuuden alkaessa biologinen ja kognitiivinen kehitys luovat mahdollisuuksia lapsen selvästi itenäisemmälle toiminnalle ja vastuun ottamiselle omasta toiminnasta. 6–7 vuoden iässä on kasvupyrähdys ja kognitiiviset kyvyt kehittyvät erityisesti ajattelun ja toiminnanohjauksen alueilla. (Nurmi ym. 2006, 72–73.)

Esikouluikään tultaessa lapsen ajattelu kehittyy. Lapsi pystyy pitämään mielessään useita samaan tilanteeseen liittyviä piirteitä ja ajattelu tulee joustavammaksi. Kuuden vuoden ikäisenä lapselle alkaa vähitellen kehittyä käsitys siitä, että toinen ihminen voi tulkita tietyn sosiaalisen tilanteen eri tavalla kuin hän itse. Hän ei kuitenkaan vielä kykene asettumaan toisen asemaan. Muististrategioissa tapahtuu selkeä muutos keskilapsuudessa: tuolloin lapsi alkaa tietoisesti käyttää tietynlaisia toimintatapoja muistaakseen paremmin. Näitä toimintatapoja ovat muun muassa muistiaineksen toistaminen ja muistettavan aineksen ryhmittely ja luokittelu. (Nurmi ym. 2006, 82, 85.)

Keskittyminen puheen kuunteluun, esitettyihin kysymyksiin vastaaminen ja vuorotellen puhuminen onnistuu esikouluikäisiltä lapsilta. Lisäksi lapsen tarkkaavaisuus kehittyy nopeasti keskilapsuudessa: lapsi kykenee aktiivisesti valitsemaan tarkkaavaisuutensa kohteita, vaihtamaan joustavasti tarkkaavaisuuden kohteita ja jättää huomiotta epäolennaisia asioista sekä ylläpitämään tarkkaavaisuutta, vaikka mielenkiinto asiaa kohtaan olisi vähäinen. Keskilapsuuteen tultaessa joillakin lapsilla on kuitenkin suuria vaikeuksia säädellä ja ylläpitää tarkkaavaisuuttaan tilanteissa, joista he eivät ole innostuneita tai siihen motivoituneita. (em., 44–45, 99–100.)

Esikouluikäinen tulee ottaa huomioon kokonaisvaltaisesti. Holistisessa ihmiskäsityksessä ihminen voidaan käsittää biopsykososiaalisena kokonaisuutena, joka tulee aina kohdata ottaen huomioon kaikki olemassaolon eri muodot (Rauhala 2005, 22). Holistinen ihmiskäsitys on luonteva tapa kuvata alle kouluikäistä lasta, hänen kehitystään, toimintojaan ja oppimistaan. (Numminen 2005, 35). Numminen (2005, 36) viittaa Rauhalaan, jonka mukaan ihminen koostuu kolmesta olemassaolon muodosta: tajunnallisuudesta, kehollisuudesta sekä situationaalisuudesta. Ihmisen olemuksen eri perusmuodot ”nivoutuvat” yhteen siten, että muutos yhdellä alueella heijastuu myös muutoksena toisella alueella. (Numminen 2005, 36.) Lapsi kokee kaikki asiat kokonaisvaltaisesti.

Esimerkiksi, jos vatsa on kipeä, voi olla paha mieli. Jos on paha mieli, vatsaan voi koskea. Mikä tahansa asia vaikuttaa kaikkiin lapsen olemuspuoliin. (Koivunen 2009, 139.)

Tajunnallisuuteen liittyy mieli, ja se ilmenee tai koetaan aina jossakin elämyksessä, esimerkiksi tunne-elämyksessä. Tajunnallisuus on inhimillisen kokemisen kokonaisuus, ja se sisältää olemassaolon psyykkisenä sekä henkisenä toimintona. Psyykkisellä puolella tarkoitetaan kokemuksellisuutta, esimerkiksi mielihyvän tai mielihäviön tunteita, vireyttä ja ajattelua. Tajunnallisuuden henkistä puolta kehittävät lapsen kotona ja lähiympäristössä omaksutut arvot ja arvostukset. Lapsi oppii ymmärtämään oman arvonsa, kun hän kokee itsensä tärkeäksi ja oppii tietämään oman osaamisensa. Lapsen tajunnallisuuden kehitys tulee esille, kun lapsi oppii käsitteiden käytön. Tällöin lapsi on oppinut nimeämään tunteitaan ja puhumaan niistä myös silloin, kun hän ei koe kyseistä tunnetta fyysisesti. (Numminen 2005, 36–37; Rauhala 2005, 34–35.) Tajunnallisuuteen liittyy myös merkityssuhteiden jatkuva uudelleen jäsentyminen, unohtaminen ja tiedostamattomaan häviämistä sekä muistiin uudelleen palautumista ja tiedostamista. Kun tajunnallisuuteen pyritään vaikuttamaan vaikkapa opetuksen tai kasvatuksen keinoin, muutostyö on hidasta. (Virtuaali-AMK, hakupäivä 12.5.2011.)

Kehollisuus puolestaan kuvaa olemassaoloa orgaanisena tapahtumana, jonka aikana itseään rakentavassa ja uudistavassa tapahtumisessaan elolliset olennot toteuttavat yhteistä periaatetta, elämistä. Esimerkiksi fyysinen kasvu ja kehitys kuvaavat elämän toteutumista. (Rauhala 2005, 39–41.) ”Pieni lapsi elää kehonsa, aistiensa ja tunteidensa kautta. Keho on lapsen keskipiste, josta hän suuntaa ympäristöönsä ja johon hän palaa tutkimusmatkansa jälkeen lepäämään.” (Numminen 2005, 36.) Lapsen saamat keholliset kokemukset ovat lapselle ja hänen kehitykselleen tärkeitä. Tällaisia kokemuksia ovat muun muassa silittäminen, sylissä pitäminen ja kosketus. Esimerkiksi silitys merkitsee lapselle välittämistä ja huomiota. (Koivunen 2009, 140.)

Situationaalisuus on olemassaoloa suhteessa omaan elämäntilanteeseen, joten lapsi kasvaa ja kehittyy koko ajan suhteessa elämäntilanteeseensa (Numminen 2005, 38; Virtuaali-AMK, hakupäivä 12.5.2011). Jotkin yksilön tilanteen rakennuspalikoista määräytyvät kohtalon kautta, joihin yksilö ei itse voi vaikuttaa (geenit, kansallisuus, yhteiskunta), mutta joihinkin tekijöihin (ammatti, harrastukset, puoliso) yksilö voi vaikuttaa (Rauhala 2005, 42). Situationaalisuuden kautta muodostuu jokaisen yksilön minuus sekä persoonallinen identiteetti, joihin elämäntilanteiden muuttaminen vaikuttaa. Aikuisten on tämän takia tärkeää kiinnittää huomiota siihen, millaisen elämänti-

lanteen lapselle voi antaa. Olennaista on, että lapsilla on mahdollisuus toimia toisten lasten kanssa ja hänestä välittävien aikuisten kanssa. (Numminen 2005, 38; Rauhala 2005, 45.)

4.1 Oppiminen

Varhaiskasvatuksessa luodaan positiivinen asenne oppimiselle. Lapselle on luontaista olla utelias ja omata halu oppia uutta. Lapset kertaavat ja toistavat mielellään oppimaansa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 18.) Nykyisen oppimiskäsityksen mukaan lapsen oppiminen on kokonaisvaltaista. Niemen mukaan lapsi oppii kokoajan kaikessa toiminnassa olemalla aktiivisesti mukana ja saamalla omakohtaisia elämyksiä ja kokemuksia vuorovaikutuksessa muiden sekä ympäristön kanssa. (Koivunen 2009, 42.)

Esiopetuksessa oppiminen on aikaisempiin tietorakenteisiin pohjautuva prosessi. Tietoa ei voida suoraan opettamalla siirtää lapselle, vaan lapsi itse rakentaa aikaisemmin omaksumiensa käsitysten ja uuden tiedon pohjalta uudet käsityksensä. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 10.) Opetuksen lähtökohtana tulisi olla oppijan jo olemassa olevat tiedot, käsitykset ja uskomukset opiskeltavista asioista, koska oppija tulkitsee ja rakentaa uutta tietoa aiemman tietonsa pohjalta. (Tynjälä 1999, 61.) Lapset keskittyvät asioihin, joita he haluavat selvittää tai joista he haluavat tietää lisää (Johansson & Pramling Samuelsson 2007, 23). Opetuksessa tulisi ottaa huomioon lapsen ajattelun kehitystaso: opettaminen ei voi perustua abstrakteille käsitteille, vaan sen pitää sisältää konkreettisia kiinnekohtia lapsen aikaisempiin kokemuksiin sekä lapsen omaan aktiivisuuteen liittyvää kokeilua ja toiminnallisuutta (Nurmi ym. 2006, 87).

Hujalan ym. mukaan konstruktivismiin pohjautuvan lapsilähtöisyyteen kuuluu ajatus lapsesta aktiivisena oppijana sekä oman oppimisensa subjektina ja lapsilähtöisessä toiminnassa aikuisen tulisi antaa tilaa lapsen oman oppimisprosessin muotoutumiselle. Aikuisen ei siis tulisi tarjota lapselle valmiiksi rakennettuja oppimiskokemuksia, koska kuitenkin lapsi itse on oppimisensa säätelijä. (Hujala ym. 2007, 55.) Toisena perusajatuksena on se, että kasvattaja uskoo lapsen omaehtoiseen haluun ja kykyyn oppia ja kasvaa: lapsen halu oppia syntyy häntä kiinnostavista asioista, sillä lapsi oppii parhaiten taitoja ja tietoja, jotka ovat mielenkiintoisia hänelle. Tärkeää on, että aikuinen antaa tukea ja ohjausta lapsen tarpeiden mukaan, mutta lapsen on annettava itse yrittää, erehtyä ja korjata virheitään. (Hujala ym. 2007, 56–57.)

Lapsi oppii, jos hän on motivoitunut oppimaan. Kasvattaja voi tahtomattaan heikentää lapsen motivaatiota oppia vaatimalla liikaa, tai opettamalla sellaista, josta lapsi ei ole ollenkaan kiinnostunut. Vuollen mukaan lapsi kokee haasteet oppimistilanteiksi, jos hänellä on hyvä itseluottamus. Positiivinen palaute ja onnistumisen kokemus lisäävät lapsen itseluottamusta. (Koivunen 2009, 43.) Tärkeitä oppimisen tuloksellisuuteen vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa oppimiseen liittyvät tunteet ja uskomukset sekä tavat selviytyä vaikeiksi koetuista tilanteista. Myös hyvin suunniteltu ja johdonmukaisesti etenevä opetus, turvallinen ryhmä, työntekijän huolenpito ja tämän luottamus omaan pätevyyteensä edistävät oppimista. (Nurmi ym. 2006, 90–91.) Ohjatussa tilanteessa autetaan lasta oppimaan luomalla jäsentynyt oppimistilanne, jossa varhaiskasvatuksen työntekijällä on mahdollista ohjata lasta hienovaraisesti rakentamaan eli konstruoimaan oman toimintansa, ajattelunsa ja tunteidensa kokemisen tietorakenteita muiden kanssa vuorovaikutuksessa (Numminen 2005, 203).

4.2 Leikki

Lapsen yksi ominaisista tavoista toimia on leikkiminen. Sen määrittelemisen on vaikeaa, koska ihmisillä on hyvin omakohtaiset kokemukset leikistä: toinen lapsi saattaa kokea toiminnan leikiksi ja toinen ei. (Hakkarainen 2008, 99; Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 20–21). Koivusen (2009, 40) mukaan leikki ei ole lapsen työtä, vaan tärkeä kehitystehtävä: lapsi harjaantuu fyysisesti, psyykkisesti sekä sosiaalisesti leikin kautta. Leikkiä pidetään helposti tuottamattomana hauskanpitoa, mutta leikkijöille itselleen se on vaativaa ja tuottaa paljon sellaisia yksilöllisiä ja yhteisöllisiä kokemuksia, mitä muilla tavoilla ei voida saavuttaa (Alanen & Karila 2009, 160).

Leikkejä on monenlaisia, mielikuvitus- ja rakenteluleikeistä perinneleikkeihin, ja niissä hahmotetaan ajatuksia, mielikuvitusta, kieltä ja kehollista ilmaisua (Riihelä 2004, 25; Johansson & Pramling Samuelsson 2007, 19). Lapsen kehittyessä ja kasvaessa leikitkin muuntuvat. Leikin alkamisen merkinä voidaan pitää lapsen ensimmäistä hymyä. Lapsen oppiessa istumaan ja konttaamaan mahdollisuudet leikille laajenevat. Aluksi lapsi leikkii yksinään, mutta noin kolmen vuoden ikäisenä herää kiinnostus muita lapsia kohtaan leikin parissa. Esikouluikäisen ulkoleikeissä on havaittavissa voimakkaita fyysisiä piirteitä: kiipeilemistä, hyppimistä, pallopelejä ja kilpailuja. Noin viisivuotiaana lapsi kiinnostuu sääntöleikeistä. (Dunderfelt 2011, 79.) Leikkien yhteisesti sovitut säännöt luovat lapsille turvallisuuden tunnetta (Sinkkonen 2004, 74). Nurmen ym. (2006, 61) mukaan lapsia kiehtoo sääntöleikkien vuorottelu sekä tietty kaava, jonka mukaan leikissä edetään.

Leikkiessään lapset oppivat, vaikka se ei olekaan heille tietoinen tavoite. Leikkeihin yhdistyy lasten kuulemaa, kokemaa ja näkemää. Kasvattajien tuleekin ymmärtää leikin merkitys muun muassa sosiaalisten taitojen, kielen oppimisen sekä liikunnallisten taitojen kannalta. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 20–21.) Esiopetuksessa työskentelyn tulee perustua leikinomaiseen toimintaan, joka lähtee lapsen kehitystasosta. Toiminta edistää sekä valmiuksia uusien asioiden oppimiseen että lapsen kielellistä kehitystä. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 11.) Leikinomainen oppiminen tarjoaa onnistumisen kokemuksia ja on kannustavaa. Lisäksi leikki tuo oppimiseen myönteisen asenteen. (Piironen 2004, 325.) Hännikäinen (2004b, 362) viittaa Vygotskiin, jonka mukaan leikki on esikouluikäisen johtava toiminnan muoto ja hänen kehityksensä tärkein lähde. Leikki soveltuu hyvin lapsen kehityksen arviointiin sekä kasvatuksen ja opetuksen välineeksi. Havainnoimalla lasten leikkiä saadaan tietoa lasten toimimisesta ikätasonsa mukaan, esimerkiksi miten lapsi käyttää kieltä, hahmottaa tilan ja liikkuu sekä käyttäytyy sosiaalisessa tilanteessa muiden leikkijöiden kanssa. (Nurmi ym. 2006, 63).

Leikki on lisäksi yhdessäolon perusedellytys. Leikin hyödyllisyys korostuukin sekä yhdessä tekemisessä että yhteisen halutun toiminnan aikaansaamisessa. Leikin avulla leikkijät tutustuvat toisiinsa, samalla ilmentäen peleillään ja leikeillään yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Hännikäinen 2004a, 150; Riihelä 2004, 36.) Leikeissä lapsi oppii toimimaan yhdessä toisten kanssa sekä tarkastelemaan asioita muiden leikkijöiden näkökulmasta. (Nurmi ym. 2006, 62.)

4.3 Liikunta

Liikkuminen on yksi lapselle ominainen tapa toimia, ja sen avulla lapsi tutustuu itseensä, toisiin ihmisiin ja ympäristöönsä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 22.) Keskilapsuudessa selvä leikin ja liikunnan tarve, uteliaisuus, tarmokkuus sekä vankkumaton pyrkimys uuden kokeamiseen ja oppimiseen vaikuttavat nopeaan motoriikan kehittymiseen. Liikkumisen avulla kehitetään lapsen fyysistä ja motorista kuntoa, liikehallintaa sekä motorisia perustaitoja. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 16; Zimmer 2001, 62–63.) Lapsen liikunnan tulisi olla monipuolista ja sen täytyisi kehittää muun muassa lapsen motorisia taitoja sekä kehonhahmotusta ja -hallintaa. Kehonhahmotuksella tarkoitetaan taitoa tunnistaa ja nimetä kehon eri osia, taitoa tunnistaa kehon ääriviivat, kehon etu- ja takapuoli, oikea ja vasen sekä taitoa ylittää kehon keskilinja. Kehonhallinta tarkoittaa liikunnan ja liikkeiden tarkoituksenmukaista ohjaamista ja hallintaa. Kun lapsella on hyvät taidot liikkua, sitä enemmän hänelle jää mahdollisuuksia seurata ympäristöä ja sen tapahtumia. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 13–14.)

Suunnilleen kuuden ikävuoden jälkeen lapsen lihasten hallinta paranee, liikkeet automatisoituvat, muuttuvat sujuvammiksi ja koordinaatio kehittyy. Tällöin lapsi kykenee entistä taidokkaampiin suorituksiin ja vauhdikkaampiin liikuntaleikkeihin. (Nurmi ym. 2006, 75–76). Jotta lapsen lihakset kasvaisivat ja lihasvoima lisääntyisi, tarvitaan asianmukaista ravintoa sekä lihasten säännöllistä ja jatkuvaa käyttämistä. Myös liikkuminen, fyysinen kasvu ja painon lisääntyminen kuormittavat kehon eri osia ja vahvistavat sidekudoksia, jänteitä ja luukudosta. Lapsen tulisi liikkua useita kertoja hengästymiseen asti, jotta hänen hengitys- ja verenkiertoelimistö kehittyisi. Päivittäinen liikunta on siis lapsen normaalin fyysisen kasvun ja kokonaisvaltaisen kehityksen edellytys. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 10, 15.)

”Ennen kaikkea liikunta on lapselle kokonaisvaltaista oppimisedellytysten hankkimista” (Pulli 2001, 26). Liikkuessaan lapsi ajattelee, kokee iloa ja oppii ilmaisemaan itseään ja tunteitaan (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 22; Oulun kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2011, 24). Liikkuessaan toisten lasten ja aikuisten kanssa lapsi oppii samalla myös sosiaalisia taitoja. Hän oppii odottamaan omaa vuoroaan ja ottamaan toiset huomioon muuallakin kuin leikkiessään. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 13–14.)

Keskilapsuudessa lapsen leikeissä korostuvat fyysistä aktiivisuutta vaativat vauhdikkaat leikit, esimerkiksi erilaiset juoksu- ja takaa-ajoleikit, joita leikitään yhdessä ikätovereiden kanssa (Zimmer 2001, 73; Nurmi ym. 2006, 77). Esikouluikäisen lapsen kehitystasolle sopivaa päivittäistä liikumista ovat sellaiset leikit, joissa lapsi joutuu käyttämään koko kehoaan ja kehittämään tasapainoaan sekä ottamaan huomioon tilaan, aikaan ja suuntiin liittyviä muutoksia. Parhaimmillaan lasten liikunta on kasvatuksellista toimintaa, jonka avulla lapsi luo eli konstruoi oman liikunnallisuutensa tarjolla olevista aineksista, kuten leikeistä, peleistä, iloisesta liikkeestä ja onnistumisen kokemuksista (Pulli 2001, 65, 78).

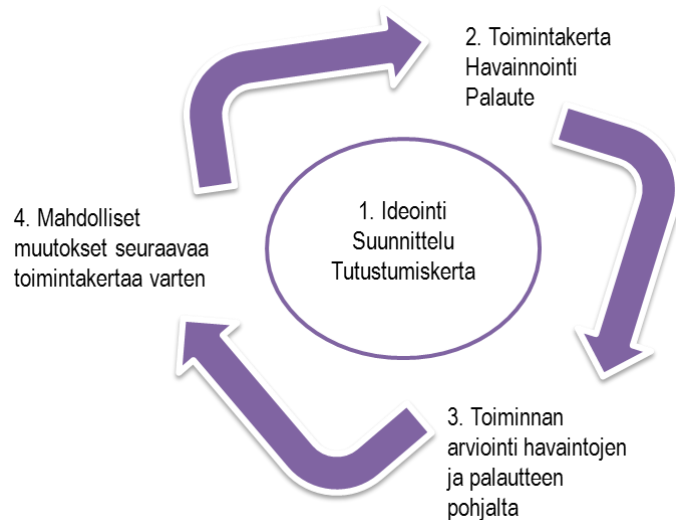
5 HIPPAKERHON SUUNNITTELU

Suunnitteluprosessimme lähti liikkeelle ideointivaiheesta keväällä 2011 valmistavassa seminaarissa. Ideoinnissa oli alusta asti lähtökohtana lasten liikunta ja sen tukeminen. Kun aihe oli valittu, otimme yhteyttä Oulun kaupungin erääseen päiväkotiin ja sovimme yhteistyöstä kahden esikoulu-ryhmän kanssa. A-ryhmässä oli 17 lasta ja B-ryhmässä oli 15 lasta. Syksyllä 2011 aloitimme suunnitelman teon ja kävimme päiväkodilla useita kertoja sen tiimoilta. Sovimme, että Hippakerhoa pidetään kerran viikossa päiväkodin liikuntasalissa ryhmien omilla salivuoroilla eri päivinä. Saimme ryhmien lastentarhanopettajilta paljon ideoita ja luvan käyttää päiväkodin liikuntavälineitä, kuten palloja, lattiakuvioita ja leikkivarjoa.

Teimme Hippakerhon toimintakertoille suunnitelmapohjan (liite 1), jossa käytiin läpi tavoitteet jokaiselle toimintakerralle, perustelut leikeille ja toiminnan arviointi. Suunnitelmapohja sisälsi myös toimintakertojen rungon: alkuleikki, uusi ja tuttu leikki, lasten palaute sekä loppuleikki. Suunnittelimme molemmille ryhmille neljä toimintakertaa ja yhdelle toimintakerralle oli varattu aikaa noin 60 minuuttia. Päättämämme teeman mukaisesti valitsimme liikunnallisia perinneleikkejä Hippakerhoon. Teimme kerhoa varten leikkipussin, joka sisälsi tekemämme leikkikortit. Uusille, tutuille sekä varaleikeille oli oma kuvitettu leikkikortti, jonka toisella puolella oli leikin ohjeet (liite 2) tiiviisti ja selkeästi. Tarkoituksena oli, että lapset nostavat vuorollaan leikkikortin pussista.

Keskustelimme lastentarhaopettajien kanssa kerhon toteutuksesta, sisällöstä ja palautteen antamisesta. Saimme heiltä hyviä ideoita suunnittelun tueksi, esimerkiksi leikkivarjoidean. Sovimme henkilökunnan kanssa, että he antavat palautetta jokaisen kerran jälkeen suullisesti sekä kirjallisesti. Suunnittelimme heille valmiiksi palautelomakkeen (liite 3), johon he kirjasivat kommenttinsa. Lisäksi he antoivat vielä kirjallisesti loppuarvioinnin (liite 4) Hippakerhosta. Teimme myös itsellemme oman arviointilomakkeen (liite 5), jonka täytimme yhdessä jokaisen toimintakerran jälkeen. Halusimme saada myös lapsilta kommentteja Hippakerhosta. Suunnittelimme, että äänitämme lasten palautteet ennen loppuleikkiä jokaisella kerralla. Muotoilimme lapsille esitettävät kysymykset opinnäytetyömme tavoitteiden pohjalta. Kysymysten oli tarkoitus luoda keskustelua lasten kanssa, esimerkiksi: "Tuliko hiki? Millaista oli Hippakerhossa? Opiteko uutta?"

Suunnitelma hyväksyttiin joulukuussa 2011, ja tammikuussa 2012 saimme Oulun kaupungin päivähoiton hallinnolta myös luvan (liite 6). Maaliskuussa 2012 aloitimme toteutuksen. Ennen Hippakerhon aloittamista vanhemmille vietiin kirjeet (liite 7), joissa pyysimme heidän suostumustaan lasten kuvaamiseen ja kommenttien äänittämiseen. Lisäksi veimme päiväkodille tiedotteen (liite 8) Hippakerhosta. Kävimme tutustumassa lapsiin ja testaamassa ideoitamme kerhon varsinaista toteutusta varten. Tutustumiskerroilla leikimme nimileikkiä ja lapsille tuttuja perinneleikkejä, polttopalloa ja puuropataa. Kokeilimme Hippakerhoa varten suunnittelemaamme leikkipussia. Lapset pitivät leikkipussista, ja päätimme käyttää sitä jatkossa. Testasimme palautteen keräämistä sekä äänittämistä pienryhmissä, ja se osoittautui käyttökelpoiseksi ideaksi. Lapset pääsivät paremmin sanomaan mielipiteensä pienemmissä ryhmissä. Hyödynsimme tutustumiskerralla saamaamme palautetta ja omia havaintojamme tulevien toimintakertojen suunnittelussa ja toiminnan kehittämisessä. Tarkoituksena oli jatkaa jokaisella toimintakerralla suunnittelemaamme toiminnan kehittämistä havaintojen, palautteen ja oman arvioinnin pohjalta. Alla olevassa kuviossa havainnollistamme tätä suunnittelun, toteutuksen ja toiminnan arvioinnin prosessia.



KUVIO 2. Hippakerhon suunnittelu, toteutus ja toiminnan arviointi.

6 HIPPAKERHON TOTEUTUS

6.1 Maa, meri, laiva: ensimmäinen toimintakerta

Suunnitellut leikit	Alkuleikki (tutustus/nimileikki) Polttopallo Puuropata Maa, meri, laiva Loppuleikki
Toteutuneet leikit	Alkuleikki (tutustusleikki) Polttopallo Puuropata (A) Maa, meri, laiva Peili (A) Loppuleikki
Arviointi	+ tutustuminen + uuden leikin ohjeistus - pitkä alkuleikki - innostamisen puute A-ryhmän kanssa

Aloitimme ensimmäisen kerran tutustusleikillä istumalla ringissä. Pallo vieritettiin leikkijältä toiselle, ja saatuaan pallon jokainen kertoi nimensä, oman lempiruokansa ja seuraavalla kierroksella oman lempiväriinsä. Sovimme lasten kanssa yhteisistä pelisäännöistä: patjoille ei saa mennä ja kuunnellaan ohjaajaa. Seuraavaksi arvoimme *entten tentten* -lorulla lapsen, joka sai nostaa leikkikortin leikkipussista. Käytimme samaa lorua ja leikkipussia joka kerta koko kerhon ajan, kun vaihdoimme leikkiä.

Leikimme ensimmäisellä kerralla lapsille tuttuja leikkejä, *polttopalloa* ja *puuropataa*. A-ryhmän kanssa ehdimme leikkiä molempia leikkejä, B-ryhmän kanssa vain polttopalloa. Opetimme lapsille ensimmäisellä kerralla *maa, meri, laiva* -leikin, joka oli suurimmalle osalle tuttu. Lapset juoksivat, kävelivät, konttasivat, tipukävelivät ja rapukävelivät annettujen ohjeiden mukaan. Lisäksi leikimme ylimääräisenä leikkinä A-ryhmän kanssa peiliä. Ennen loppuleikkiä jaoimme lapset kolmeen pien-

ryhmään palautetta varten. Jokaiselta lapselta kysyttiin kommentteja kerhosta, ja äänitimme kommentit digikameroilla. Näin lapset kommentoivat:

"No millasta oli oikeesti?" Ohjaaja

"No, mun mielestä se oli... lampaiden paimentamista." A-ryhmän lapsi

"Minä opin maa, meri, laivan." B-ryhmän lapsi

Lopuksi leikimme varjolla. Liikuttelimme varjoa eri tavoilla: teimme ison myrskyn varjolla ja pieniä laineita. Sen jälkeen otimme pallon varjon päälle, ja tarkoituksena oli, että pallo ei karkaa. Lapset saivat myös vaihtaa paikkaa juoksemalla varjon alta sen mukaan, minkä värin kohdalla he seisoivat. Loppurentoutuksena lapset makasivat lattialla varjon alla rentouttavan musiikin soidessa taustalla. Me heiluttelimme varjoa rauhallisesti ylös ja alas. Lapset poistuivat yksitellen, kun ohjaaja kosketti heitä käteen tai jalkaan.

A-ryhmän aloitus oli ensimmäinen kerta, joten jännittäessämme keskityimme kerran läpiviemiseen, emme lasten innostamiseen. Ohjaajan rooli ei ollut niin vahva A-ryhmän kanssa, sen sijaan B-ryhmän kanssa ohjaajan rooli oli selkeämpi ja innostaminen tuli luonnostaan. Sekä me että molempien ryhmien lastentarhaopettajat havaitsivat, että alkuleikki oli liian pitkä ja siinä oli liikaa paikallaoloa. Lapset eivät malttaneet keskittyä kuuntelemaan toisiaan ja seuraavan leikin ohjeita. Halusimme kuitenkin käyttää aikaa alkuleikissä toisiimme tutustumiseen, sillä se auttoi meitä muistamaan lasten nimet ja lapset muistivat meidät. Lastentarhaopettajien mukaan uuden leikin opettamisessa myönteistä olivat selkeät ja ytimekkäät ohjeet. Lisäksi värialustat kuvasivat ja selkeyttivät leikissä olevia alueita: vihreä kuvasi maata, sininen merta ja keltainen laivaa.

6.2 Marjakori: toinen toimintakerta

Suunnitellut leikit	Alkuleikki Maa, meri, laiva Kuka pelkää peikkoa Loppuleikki + rump-rump-rellaa -loru
Toteutuneet leikit	Alkuhippa ja nimileikki Kuka pelkää peikkoa Marjakori Peili ja töpselihippa (A) Värit (B) Loppuleikki+ rump-rump-rellaa -loru
Arviointi	+ alkuhippa + rump-rump-rellaa –leikin pohjustus lorulla - marjakorin ohjeistus - loppurauhoittuminen levoton

Edellisen kerran havaintojen perusteella muutimme aloitusta ja aloitimme toimintakerran vauhdikkaasti *haarahipalla*. Hipan jälkeen keräännymme piiriin seisomaan nimileikkiä varten. Nimileikissä pallo kiersi nopeasti leikkijältä toiselle. Pallon saadessaan jokainen sanoi oman nimensä ja antoi pallon seuraavalle. Myös toisella kerralla käytimme leikkipussia. *Kuka pelkää peikkoa* -leikki oli alun perin suunniteltu uudeksi leikiksi. Päiväkodilla kävi ilmi, että lapset olivatkin leikkineet sitä aiemmin. Otimme tutuksi leikiksi tälle kerralle siis *kuka pelkää peikkoa*. Uudeksi leikiksi valitsimme *marjakorin*, jota suurin osa ei tuntenut. A-ryhmän kanssa ylimääräisinä leikkeinä otimme *peilin* ja *töpselihipan*. B-ryhmän kanssa ylimääräisenä leikkinä oli *värit*. Ennen loppuleikkiä kyselimme jälleen palautetta lapsilta pienryhmissä:

"Mää paistun, jos mää vielä juoksen!" B-ryhmän lapsi

"Tiiäkö mistä mää en tykänny. Ku mää en saanu olla kertaakaan se eka marjakori." B-ryhmän lapsi

Loppuleikissä liikuttelimme aluksi varjoa nopeasti ja rauhallisesti. Käytimme myös lasten toiveesta palloa. Harjoittelimme lasten kanssa *rump-rump-rellaa* -lorua ja lapset toistivat lorun pätkissä ohjaajan perässä. Tämän jälkeen pyörimme varjon ympäri pitäen kiinni sen reunasta samalla lausuen lorua. Loppurauhoittumisen aloitimme päästämällä lapset värien mukaan varjon alle ma-

kaamaan. Musiikin soidessa ohjaajat heiluttelivat varjoa lasten päällä. Lapset saivat lähteä yksitellen ohjaajan koskettaessa heitä käteen tai jalkaan.

Lastentarhaopettajien mielestä uudenlainen aloitus oli hyvä ja innostava; lapset pääsivät irrottelemaan. Totesimme myös itse, että lasten oli hyvä purkaa energiaa ennen pysähtymistä nimileikkiin. *Marjakorin* sääntöjen ymmärtäminen vaati monen yksityiskohdan muistamista, joten ohjeet olisivat voineet olla selkeämmät ja leikki olisi voitu opettaa osissa. Pohjustimme seuraavan kerran *rump-rump-rellaa* -leikkiä harjoittelemalla siihen kuuluvaa lorua loppuleikin aikana. Opetimme uuden leikin palasina, ettei lapsille tulisi liikaa uutta asiaa yhdellä kerralla ja uuden omaksuminen olisi helpompaa. Lasten oli vaikea rauhoittua lopuksi, koska he menivät eri aikaan varjon alle.

6.3 Rump-rump-rellaa: kolmas toimintakerta

Suunnitellut leikit	Alkuleikki Kuka pelkää peikkoa/ maa, meri, laiva Rump-rump-rellaa
Toteutuneet leikit	Alkuhippa ja nimileikki Marjakori Rump-rump-rellaa Loppuleikki
Arviointi	+ rump-rump-rellaa + loppurauhoittuminen - tilanteen rauhoittaminen ohjeita varten

Kerhon kolmannen kerran aloitimme *vessanpönttöhipalla*. Hipanvaihdon jälkeen siirryimme ringiin seisomaan. Tällä kertaa kerroimme nimemme vierittäessämme pallon jalkojen välistä seuraavalle. Ringissä seisten leikkipussista nostettiin seuraava leikki, joka oli edelliseltä kerralta tuttu marjakori. Uusi leikki oli tälle kertaa *rump-rump-rellaa* -leikki. Edelliseltä kerralta tuttu loru liitettiin nyt leikkiin. Kummankin ryhmän kanssa *rump-rump-rellaa*:ta käytiin läpi kaksi kierrosta lasten toivomuksesta. Tämän jälkeen siirryimme pienryhmiin kuulemaan lasten palautteen:

"Mun mielestä oli se kivointa se vessanpönttöhippa" B-ryhmän lapsi

"Oliko tuo rump-rump-rellaa kiva?" Ohjaaja B-ryhmälle

"Joo!"

"Triplakiva!"

"Varsinkin siinä ku minä ja X oltiin portteina, Batman ja Robin."

Loppuleikissä käytettiin varjoa, jolla teimme erilaisia liikkeitä sekä yritimme saada pallot pysymään varjon päällä. Lisäksi harjoittelimme leikkivarjolla teltan muodostamista: pidimme kiinni varjon reunasta, nostimme varjon ylös ja yhteisestä merkistä vedimme varjon nopeasti alas pepun alle. Loppurauhoittumisessa lapset asettuivat makuulle varjon päälle oman värin kohdalle, ja silitelimme lapsia huiveilla musiikin soidessa taustalla. Hetken kuluttua lapset päästettiin yksitellen vaihtamaan vaatteet.

Liitimme tällä kerralla *rump-rump-rellaan* toiminnan lorun lisäksi. Kun loru oli lapsille tuttu jo edelliseltä kerralta, he pystyivät keskittymään leikin oppimiseen. Lapset olivat odottaneet leikkiä ja leikkivät todella innokkaasti. Leikki oli A-ryhmän lastentarhanopettajan mielestä selkeä ja helppo lapsille. Hän kuitenkin ehdotti, että lapset voisivat kuunnella leikkien säännöt istuen turhan hälinän välttämiseksi. B-ryhmän kanssa tämä toimi seuraavana päivänä. Loppurauhoittuminen onnistui omasta sekä lastentarhanopettajien mielestä edellisiä kertoja paremmin, koska lapsilla oli tarpeeksi tilaa ja selkeästi oma paikka.

6.4 Kertaus on opintojen äiti: neljäs toimintakerta

Suunnitellut leikit	Alkuleikki Maa, meri, laiva Kuka pelkää peikkoa Rump-rump-rella Loppuleikki + todistusten jako
Toteutuneet leikit	Alkuhippa ja nimileikki Kuka pelkää peikkoa Marjakori Maa, meri, laiva Rump-rump-rella Loppuleikki + todistusten jako
Arviointi	+ muunnos marjakorista - vain tuttuja leikkejä

Leikimme aluksi ketjuhippaa. Parin kierroksen jälkeen asetuimme seisomaan ringiin, jossa kierrätimme palloa ojentamalla sen toiselle leikkijälle oikealla kädellä samalla kertoen nimmemme. Leik-

kipussista nostettiin aikaisimmilta kerroilta tuttuja leikkejä: *marjakori, rump-rump-rellaa, kuka pelkää peikkoa ja maa, meri, laiva*. *Marjakori*-leikissä käytimme marjojen sijasta hedelmiä ja *maa, meri, laiva* -leikissä ohjaajan avuksi otettiin lapsi antamaan ohjeita. Ennen varjolla leikkimistä lapset jaettiin taas kolmeen pienryhmään ja kyselimme heiltä palautetta:

"Mikä oli kivoin leikki?" Ohjaaja

"Öööm, mulla on niitä kolme: rump rump rellaa reka reka rellaa seisahduttas sekarloo.

Ja sitte mulla oli se ketjuhippa, sitte oli hedelmäsalaatti ja sitte oli vielä... mulla oli kaikki. - - Ja vielä se loppuleikki" A-ryhmän lapsi

"Miks te otitte tuttuja leikkejä?" B-ryhmän lapsi

Palautekeskustelun jälkeen oli loppuleikin aika. Liikuttelimme muun muassa palloa varjolla väriltä toiselle ja teimme onnistuneesti edellisellä kerralla harjoittelemamme teltan. Lopuksi lapset makasivat lattialla käyttäen varjoa peittona. Hetken rauhoituttuaan musiikin soidessa keräsimme varjon pois ja pyysimme lapsia nousemaan istumaan. Tällöin jaoimme lapsille henkilökohtaiset todistukset (liite 9) kerhoon osallistumisesta.

Kertasimme lapsille tuttuja leikkejä, joita oli mielestämme riittävästi. Lastentarhanopettajat kaipaavat vaihtelua tuttuihin leikkeihin, ja osa lapsista olisi halunnut uusia leikkejä. Kertaamalla aiemmin opittuja leikkejä halusimme tukea lasten oppimisprosessia. *Marjakorin* muuntaminen hedelmäsalaatiksi toi vaihtelua. Olisimme kuitenkin voineet tuoda muihinkin leikkeihin jotakin uutta, koska lapset eivät enää jaksaneet innostua tutuista leikeistä.

7 HIPPAKERHON TOIMINNAN KOKONAISARVIOINTI

Toiminnan kokonaisarvioinnissa käymme läpi tavoitteet, joita olemme asettaneet toiminnallemme. Päättävöitteemme oli 1) tukea lasten innostusta liikuntaan, jonka pohjalta muodostimme muut tavoitteet: 2) ohjata ja opettaa liikunnallisia perinneleikkejä, 3) ohjaus ja opetus mielenkiintoista ja motivoivaa, 4) vahvistaa positiivista käsitystä liikunnasta. Oppimistavoitteenamme oli kehittää lasten ohjaamista lapsilähtöisesti. Toisena oppimistavoitteenamme oli kehittää liikuntakasvatuksen toiminnan suunnittelua sekä lasten havainnointia Hippakerhon aikana. Arvioimme toimintamme kehittymistä sekä toimintaa kokonaisuutena.

Taulukko 1. Toiminnan kokonaisarviointi

Päättävöite: TUEKA LASTEN INNOSTUSTA LIIKUNTAAN	Tavoite	Miksi?	Miten?	Arviointi
	Ohjata ja opettaa liikunnallisia perinneleikkejä	Liikunta vaikuttaa kokonaisvaltaisesti lapsen kasvuun ja kehitykseen. Lapsilähtöisyys liikuntakasvatuksen lähtökohtana. Historiallis-yhteiskunnallinen orientaatio on osa esiopetusta. Oppiminen on prosessi, konstruktivistinen oppimiskäsitys.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Lapsilähtöinen suunnitelmapohja ○ Palaute lapsilta ja sen huomiointi ○ Teemana perinneleikit ○ Uusien leikkien kertaaminen 	<ul style="list-style-type: none"> + Toimiva suunnitelmapohja + Toiminnan muokkaaminen palautteen pohjalta + Palaute pienryhmissä onnistui + Lapset leikkivät sujuvasti - Uusia leikkejä liian vähän
	Ohjaus ja opetus mielenkiintoista ja motivoivaa	Lapset tarvitsevat mielenkiintoista ja haastavaa liikunnallista toimintaa. Konstruktivistinen oppimiskäsitys	<ul style="list-style-type: none"> ○ Havainnointi → toiminnan muokkaaminen. ○ Muunneltavissa olevat perinneleikit ○ Selkeä leikkien ohjeistus ○ Leikin opettaminen osissa 	<ul style="list-style-type: none"> + Havainnointi kehittyi luontevaksi. + Yllätyksellisyys leikissä + Ohjeistaminen kehittyi + <i>Rump-rump-rellaan</i> opetus osissa - Haasteellisuuden vähyys
	Vahvistaa positiivista käsitystä liikunnasta	Lapsi tarvitsee onnistumisen kokemuksia. Palautteen saaminen auttaa lasta oppimaan ja lisää motivaatiota liikkumiseen.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Ohjaaja kannustaa onnistuneisiin kokemuksiin → kannustava ohjaaminen ja mukana leikkiminen ○ Palautteen antaminen lapsille 	<ul style="list-style-type: none"> + Ohjaajien asenne + Kannustamisesta tuli luonnollinen osa ohjausta - Enemmän myönteistä palautetta

Ohjata ja opettaa liikunnallisia perinneleikkejä

Ohjauksen ja opetuksen perustana oli lapsilähtöinen suunnitelmapohja, joka tehtiin ottamalla huomioon esikouluikäisen kehitystaso. Luomamme suunnitelmapohja oli mielestämme toimiva sen joustavuuden ja muokattavuuden takia, mitkä Pullin (2001, 55) mukaan ovat hyvän tunti-suunnitelman merkkejä. Suunnitelmapohja oli mielestämme välttämätön toiminnan sujuvan etenemisen kannalta. Suunnitelmapohjan leikeissä näkyy monipuolinen ja mielikuvituksellinen liikunta, mitkä ovat perinneleikkien ominaispiirteitä (Perinneleikkiopas 2009). Esikouluikäiselle sopivaa päivittäistä liikuntaa ovat erilaiset leikit, joissa lapsi joutuu käyttämään koko kehoaan, kehittämään tasapainoaan ja huomioimaan tilaan, aikaan ja suuntiin liittyviä muutoksia (Pulli 2001, 65). Leikkien valintaa olisi pitänyt suunnitella enemmän yhteistyössä päiväkodin kanssa, koska muutama uudeksi leikiksi tarkoitettu olikin lapsille tuttu. Uuden leikin opettamisen periaate hieman siis kärsi. Oman pedagogisen osaamisen kannalta olisimme halunneet useamman lapsille täysin uuden leikin, jotta olisimme saaneet kokemusta opettamisprosessista tarkemmin.

Integroimme historiallis-yhteiskunnallisen orientaation liikuntakasvatukseen ohjaamalla ja opettamalla perinneleikkejä lapsille, kuten Hujala ja Turja (2011, 146) ovat maininneet orientaatioiden yhdistämisestä liikuntakasvatukseen. Alkuleikeiksi valitsemamme erilaiset ja nykyaikaiset hippaleikit, kuten vessanpönttöhippa, eivät alun perin olleet mukana suunnitelmapohjassa. Ne osoittautuivat teemaan sopiviksi, koska ovat omalta osaltaan myös perinteisiä leikkejä; perinteisen hippaleikin säännöt kertovat ajankohtaisesta lastenkulttuurista ja niihin on helppo yhdistää tunnettuun teemaan perustuvia yksityiskohtia (Kalliala 1999, 87). Mielestämme perinneleikki-teema oli onnistunut valinta, koska yhtenäinen teema selkeytti kerhoa kokonaisuutena ja toiminnalla oli selvä ”punainen lanka”.

”Oppimiseen liittyvät tavoitteet asetetaan pidemmälle aikavälille, ei yhdelle tunnille” (Pulli 2001, 55). Hippakerhossa ei ollut tavoitteena, että uusi leikki opitaan heti yhdellä toimintakerralla. Jokaisella toimintakerralla oli tavoitteena jatkaa lasten oppimisprosessia kertaamalla aiemmin opetettu leikki. Vasta viimeiselle kerralle asetettiin tavoitteeksi opettettujen leikkien oppiminen ja niiden sujuva leikkiminen. Esiopetuksessa oppimisprosessi pohjautuukin aikaisempiin tietorakenteisiin ja lapsi rakentaa itse aikaisemmin omaksumiensa käsitysten ja uuden tiedon pohjalta uudet käsityksensä (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 10). Emme voi tarkkaan sanoa, kuinka hyvin lapset oppivat leikit, koska lasten havainnointia ei jatkettu Hippakerhon jälkeen. Viimeisen kerran havaintojen perusteella lapset olivat oppineet uudet leikit, koska he pystyivät leikkimään vähäisellä ohjeistuksella sujuvasti. Jätimme leikkikortit päiväkodille lasten oppimisen tueksi, jotta

he voisivat jatkaa Hippakerhon leikkien leikkimistä. Lastentarhanopettajan mukaan lapset olivat kerhon jälkeen tutustuneet kortteihin lähemmin ja leikkineet ulkona *maa, meri, laiva* -leikkiä oma-toimisesti.

Toteutimme lapsilähtöisyyttä ottamalla huomioon lasten mielipiteitä ja toiveita. Lapsikeskeisessä liikunnassa on olennaista, että lapset pääsevät vaikuttamaan omaan toimintaansa (Pulli 2001, 55). Kaikki saivat mahdollisuuden kertoa ajatuksiaan jokaisella toimintakerralla pienryhmissä. Ilmaisimme tällä tavoin lapsille, että kaikkia kuunnellaan ja heidän ajatuksensa ovat arvokkaita. Saimme positiivista palautetta lastentarhanopettajilta lapset huomioonottavasta toiminnasta. Myös me koimme palautteen keräämisen pienryhmissä hyvänä lapsilähtöisenä toimintatapana, jota voimme hyödyntää työssämme lastentarhanopettajina. Jäimme jokaisen kerran jälkeen kuuntelemaan lastentarhanopettajien palautteen, jota hyödynsimme tarvittaessa seuraaville toimintakerroille. Rakentavan palautteen ansiosta huomasimme toiminnassamme muutoksia vaativia asioita, jotka jäivät meiltä itseltämme näkemättä. Monesta näkökulmasta (oma, lasten, lastentarhanopettajien) saatu palaute auttoi meitä kehittämään omaa toimintaamme. Lastentarhanopettajilta saatu palaute liittyi useimmiten ohjaukseen, kun taas lasten palaute käsitteli enemmän leikkejä ja niiden sisältöä. Oppimistavoitteenamme oli kehittää lapsilähtöistä ohjausta ja mielestämme pysyimme kehittämään toimintaamme lapsille sopivaksi ja ohjaustamme varmemmaksi yrityksen ja erehdyksen kautta.

Saimme lastentarhanopettajilta palautetta kiinnittää huomiota toisten ohjaajien tukemiseen. Esi-merkiksi vetovastuussa oleva ohjaaja keskittyy vain leikin ohjaamiseen ja muut ohjaajat hoitavat ”ylimääräiset” tilanteet. Ensimmäisten toimintakertojen jälkeen huomasimme että keskinäinen työnjakomme ei ollut selkeää ja siirtymistilanteet eivät olleet sujuvia: meille oli epäselvää, milloin toisen vetovastuu loppuu ja milloin oma alkaa. Kehitimme tätä sopimalla, kenen vastuulla siirtymätilanteet olivat leikkien välissä. Siten onnistuimme tekemään myös ohjauksesta ja toiminnan etenemisestä sujuvampaa seuraaville kerroille. Pohdimme, että hyvän ohjauksen yhtenä lähtökohtana on ohjaajan itseluottamus. Oma itseluottamuksemme kasvoi koko Hippakerhon ajan. Luottamus omaan ohjaamiseen ei muodostu yhdellä toimintakerralla, vaan sen kehittyminen jatkuu. Hippakerhon edetessä saimme onnistumisten ja hyvän palautteen myötä uskoa omaan osaamiseen sekä varmuutta ohjaukseen.

Ohjaus ja opetus mielenkiintoista ja motivoivaa

Onnistunut liikuntatuokio on iloinen, mukaansatempaava ja motivoiva (Pulli 2001, 58). Valitsimme lapsille mielenkiintoisia ja muokattavissa olevia perinneleikkejä, sillä mielestämme ne tukivat ohjausta lisäämällä lasten motivaatiota ja kiinnostusta. Lasten mielenkiintoa ja motivaatiota onnistuimme pitämään yllä, tuomalla alku- ja loppuleikkeihin joka kerralla jonkin uuden elementin. Liikuntatuokioiden tulisi sisältää välillä jotain yllätyksellistä, jotta lasten uteliaisuus ja tutkimisen halu tulisivat tyydytetyksi (Zimmer 2001, 122). Lapsille jäi nopeasti mieleen, millä leikeillä Hippa-kerho aloitettiin ja lopetettiin. Tekemämme pienet muutokset muissakin leikeissä yllättivät lapset ja heidän piti keskittyä kuuntelemaan ohjeitamme tarkasti. Lapset huomasivat, että leikkejä voi muunnella myös itse ja ehdottivat itse erilaisia variaatioita.

Muiden leikkien aikana lasten motivaatio ja innostuminen saattoivat laantua, koska osa leikeistä oli tuttuja ja ”tylsä”. Kuten edelläkin mainitsimme, uusia leikkejä olisi voinut olla enemmän. Tuttuihin leikkeihin olisimme voineet mielenkiinnon lisäämiseksi luoda enemmän haasteellisuutta, jotta myös lastentarhaopettajat kaipasivat. Toisaalta huomasimme, että muunnoksemme marjakorista taas oli hieman liian haasteellinen lapsille, koska ohjeita piti antaa enemmän ja lasten innostus väheni jonkin verran. Zimmer (2001, 129) korostaakin, että vaatimuksia täytyy ”annostella sopivasti” ja niiden täytyy herättää uteliaisuutta ja innostaa tutkimaan, mutta ne eivät kuitenkaan saa aiheuttaa epävarmuutta.

Lapsille tulee tarjota mielenkiintoista ja haastavaa liikunnallista toimintaa, mutta samalla lasten täytyy voida nivoa uusi johonkin jo koettuun (Zimmer 2001, 129). Konstruktivistista oppimiskäsitystä tuki esimerkiksi se, että lapset osasivat jo liikkua erilaisilla tavoilla, joten yhdistimme erilaiset liikkumistavat maa, meri, laiva -leikkiin. Lähtökohtana olivat siis oppijan olemassa olevat tiedot ja käsitykset opeteltavista asioista (Tynjälä 1999, 61). *Rump-rump-rellaa* sen sijaan opetettiin kahdessa osassa eri toimintakerroilla, ensin loru ja sitten toiminta. Huomasimme, että leikin opettaminen osissa piti lasten mielenkiintoa ja motivaatiota yllä seuraavalle toimintakerralle. Tältä osin mielenkiintoinen ja motivoiva ohjaus ja opetus sekä leikkien valinnat onnistuivat.

Havainnoimme lasten jaksamista ja innostuneisuutta sekä leikkien toimivuutta ja kiinnostavuutta, minkä avulla muokkasimme toimintaamme. Esikouluikäisten lasten ohjattu liikunta on tilanteen ja lasten mukaan muuttuvaa ja vaihtelevaa (Pulli 2001, 52). Leikimme esimerkiksi ylimääräisiä leikkejä, jos tilanne vaati ja toistimme joitain leikkejä vain kerran. Jos havaitsimme, että lapset väsyivät juoksuleikkiin, vaihdoimme rauhallisempaan leikkiin. Leikeissä meidän oli huomioitava myös

niiden vaativuus: lapsi lannistuu nopeasti eikä luota omaan suorituskyykyynsä, jos liikunnalliset tehtävät ovat hänelle liian vaikeita ja lapsi tuntee, ettei hän pysty suoriutumaan tehtävistä (Zimmer 2001, 84). Lasten havainnoiminen kehittyi Hippakerhon aikana luontevaksi osaksi toimintaamme. Havaintojemme ansiosta pystyimme tarjoamaan tilanteeseen sopivia leikkejä, mikä osaltaan vaikutti lasten motivaatioon Hippakerhossa. Ohjaajien määrä tuki havainnointia ja sen kehittymistä, sillä kiinnitimme eri asioihin huomiota.

Ensimmäisillä toimintakerroilla siirtymät leikkien välillä olivat liian tylsiä lapsille; lasten rauhoittaminen ohjeiden kuunteluun ei onnistunut ja ohjeet olivat liian pitkät. Tämä vaikutti lasten mielenkiintoon ja motivaatioon. Pyrimme seuraavilla toimintakerroilla kertomaan ohjeet mahdollisimman selkeästi ja ytimekkäästi, jotta lapset jaksoivat keskittyä toimintaan. Koimme, että lyhyempi ohjeistus helpotti ohjaamista ja ohjeiden sisäistämistä. Lastentarhanopettajien mukaan kehityimme kerhon aikana ohjeiden antamisessa ja siirtymätilanteiden ohjauksessa. Hyvän ohjeistuksen lisäksi oma esimerkkimme vahvisti leikkien ohjaamista. Heittäytymällä mukaan leikkiin innostimme sekä motivoimme lapsia leikkimään ja liikkumaan.

Vahvistaa positiivista käsitystä liikunnasta

Onnistumisen kokemukset saavat lapsen uskomaan, että hän on taitava ja lahjakas. Lapsen olisi tärkeää tuntea olevansa hyvä ainakin joillain alueilla (Piironen 2004, 181–182), esimerkiksi liikunnassa. Kun lasta kannustetaan tehtävän tekemiseen ja oman osaamisen kehittämiseen, hänen itseluottamus ja myönteinen käsitys osaamisestaan vahvistuvat. Onnistumiset ja osaaminen motivoivat jatkamaan liikkumista. (Autio & Kaski 2005, 97.) Lasten positiivista käsitystä liikunnasta pyrimme vahvistamaan omalla ohjauksella. Valitsimme Hippakerhon perinneleikit sen perusteella, että tunsimme ne ja pidimme niitä hauskoina leikkeinä. Tämä on Mäkisen (2006, 10) mukaan kannattavaa, koska tällöin aikuisen innostus välittyy lapsille. Ohjauksemme oli kannustavaa ja näytimme esimerkkiä leikkimällä mukana. Kannustava ohjaaminen muodostui ohjaajan olemuksesta ja puhetavasta: kehonkieli oli myönteistä ja äänensävy oli iloinen. Kannustava ohjaaminen kehittyi kerhon edetessä; saimme itsevarmuutta ja kannustaminen tuli luonnolliseksi osaksi ohjaamista.

Ensimmäisillä toimintakerroilla palautteen antaminen oli vähäistä, koska keskityimme vain toiminnan ohjaamiseen ja ryhmän hallintaan. Myöhemmin kiinnitimme ohjauksessamme huomiota myönteisen palautteen antamiseen koko ryhmälle. Yksittäisillä kerroilla lasta voi innostaa antamalla positiivista palautetta tämän toiminnasta. Palautteen saaminen auttaa lasta oppimisessa ja

parhaimmillaan se voi vahvistaa muun muassa lapsen kyvykkyyden tunnetta sekä lisätä motivaatiota liikkumiseen. (Autio & Kaski 2005, 83.) Koimme, että olisimme voineet antaa lapsille henkilökohtaisesti ja koko ryhmälle enemmän myönteistä palautetta. Lastentarhanopettajat antoivat kuitenkin loppuarvioinnissaan kiitosta lasten henkilökohtaisesta kannustuksesta. Emme ehkä huomanneet, että annoimme henkilökohtaista palautetta riittävästi, koska se tuli luonnostaan toiminnan yhteydessä.

Tukea lasten innostusta liikuntaan

Päätavoitteenamme oli tukea lasten innostusta liikuntaan, sillä liikkuminen on yksi lapsen ominainen tapa toimia ja se edesauttaa lapsen kokonaisvaltaista kehitystä (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 20, 23). Holistinen eli kokonaisvaltainen ihmiskäsitys on luonteva tapa kuvata alle kouluikäistä lasta, hänen kehitystään, toimintojaan ja oppimistaan. Lapsi kokee kaikki asiat kokonaisvaltaisesti. (Numminen 2005, 35; Koivunen 2009, 139.) Mielestämme Hippakerhon liikunta vaikutti lapsiin fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Pohdimme, että kerhon toiminta oli lapsille sosiaalista, koska se toteutettiin ryhmässä. Ryhmän myönteinen asenne edisti ja tuki yksilöiden innostusta. Lapset saavat mielihyvää liikkumisesta ja leikkimisestä, mikä vaikuttaa lapsen innostumiseen (Autio & Kaski 2005, 83). Innostaminen liikunnan kautta vaikuttaa lapseen kokonaisvaltaisesti.

Lastentarhanopettajien mukaan lapset olivat innostuneita Hippakerhosta ja odottivat innolla seuraavaa kertaa, minkä myös me huomasimme. Mielestämme lasten innokkuuteen kerhon aikana vaikuttivat meidän myönteinen ja iloinen asenne sekä lapsille mielekäs ja erilainen toiminta. Huomasimme, että lasten innokkuutta laskivat heidän kokemansa pettymykset leikeissä, esimerkiksi jos lasta ei valittu hipaksi tai jos leikki ei edennyt lapsen mielen mukaan. Kuten aiemmin mainitsimme uusia leikkejä ja haasteellisuutta olisi voinut olla enemmän, koska se omalta osaltaan vaikutti myös lasten innokkuuteen. Lasten innokkuus osallistua päiväkodissa liikunnallisiin leikkeihin riippuu hauskojen liikuntatilanteiden lisäksi ohjaajasta (Zimmer 2001, 141). Henkilökunnalla onkin merkittävä rooli kannustajana ja mahdollisuuksien luojana. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 23.)

Emme tiedä Hippakerhon pitkäaikaisista vaikutuksista lasten liikunnalliseen innostukseen, koska tavoitteenamme ei ollut tutkia sitä. Onnistuimme mielestämme lyhytaikaisesti tukemaan lasten innostusta liikuntaan pienessä kohderyhmässä. Innostusta tuettiin ohjaamalla ja opettamalla liikunnallisia perinneleikkejä. Mielestämme pystyimme pääosin ylläpitämään lasten mielenkiintoa ja

motivaatiota Hippakerhon aikana, koska onnistuimme tarjoamaan monipuolisia ja muokattavia leikkejä. Toimintakertojen ilmapiirin onnistuimme pitämään positiivisena oman asenteen avulla. Ohjaustaitomme kehittyivät ja lastentarhanopettajat huomasivat, että varmuutta ja rohkeutta tuli lisää. Kokonaisuudessaan Hippakerho oli lastentarhanopettajien ja meidän mielestämme innostava ja lapset huomioonottava.

8 POHDINTA

Toteutimme toiminnallisen opinnäytetyön varhaiskasvatuksen alueelle, koska haluamme tulevaisuudessa työskennellä lastentarhanopettajan tehtävissä. Toiminnallinen opinnäytetyö antoi mielestämme parempia valmiuksia työelämään kuin tutkimuksellinen opinnäytetyö. Voimme tulevana lastentarhanopettajina monipuolisesti hyödyntää kerhosta saamiamme ideoita. Opinnäytetyön prosessin aikana kehityimme toiminnan suunnittelussa ja ohjaamisessa sekä oman toiminnan arvioinnissa. Varhaiskasvatuksessa työskennellään moniammatillisissa tiimeissä omassa työyhteisössä sekä erilaisten yhteistyökumppaneiden kanssa. Toimimme yhteistyössä keskenämme ryhmänä ja päiväkodin kanssa, joten opinnäytetyön prosessi kehitti yhteistyötaitojamme monipuolisesti. Opinnäytetyömme tavoitteena oli tukea sosiaalialan kompetenssien kehittymistä. Mielestämme kompetensseista kehittyvät asiakastyön osaaminen sekä eettinen ja palvelujärjestelmäosaaminen.

Asiakastyön osaamiseen kuuluu työmenetelmien ja teoreettisten lähestymistapojen soveltaminen tarkoituksenmukaisesti ja arvioivasti. Varhaiskasvatuksessa sosionomi osaa havainnoida, tukea ja ohjata tavoitteellisesti lapsia kasvun, kehityksen ja oppimisen eri vaiheissa. Sosionomi osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida pedagogisesti kehittävää ja tavoitteellista toimintaa lapsille ottaen huomioon varhaiskasvatuksen keskeiset periaatteet. (Mäkinen ym. 2009, 18; Sosiaaliportti 2010, hakupäivä 10.10.2012.) Sovelsimme hankkimaamme teoratietoa toimiessamme lasten kanssa. Otimme kaikissa prosessin vaiheissa huomioon Hippakerhoon osallistuneiden lasten kehitys- ja ikätason sekä varhaiskasvatuksen keskeiset periaatteet ja asiakirjat. Sovelsimme Hippakerhossa opinnäytetyöhön liittyviä teoreettisia lähestymistapoja, muun muassa kokonaisvaltainen ihmiskäsitys, lapsilähtöisyys ja konstruktivistinen oppimiskäsitys.

Sosionomin sosiaalialan palvelujärjestelmäosaamiseen kuuluu hyvinvointia ja sosiaalista turvallisuutta tukevien palvelujärjestelmien ja niitä koskevan lainsäädäntöjen tunteminen. (Mäkinen ym. 2009, 18 - 19). Varhaiskasvatuksessa sosionomi tuntee siis varhaiskasvatuksen, päivähoidon ja lastensuojelun asiakirjat sekä lainsäädännön ja osaa soveltaa niitä omaa tietoperustaa hyödyntäen. (Sosiaaliportti 2010, hakupäivä 10.10.2012.) Toimintaa suunnitellessa perehdyimme ajankohtaiseen lähdekirjallisuuteen sekä varhaiskasvatusta ohjaaviin asiakirjoihin: varhaiskasvatussuun-

nitelman perusteet, esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet sekä varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Hyödynsimme niitä käytäntöön toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa.

Sosiaalialan eettinen osaaminen tarkoittaa, että sosionomi on sisäistänyt sekä sosiaalialan arvot että ammattieettiset periaatteet sitoutuen toimimaan niiden mukaisesti. Eettisiä periaatteita ovat muun muassa ihmisarvo, asiakkaan osallisuus ja yksityisyyden suojaaminen. Varhaiskasvatuksessa ammattilainen huomioi jokaisen lapsen ainutkertaisuuden ja edistää sekä tasa-arvoa että suvaitsevaisuutta. Hänen toimintaansa varhaiskasvatuksessa ohjaa lapsilähtöisyys. Työyhteisön jäsenenä sosionomi osaa antaa sekä vastaanottaa rakentavaa palautetta. (Mäkinen ym. 2009, 18, 186; Sosiaaliportti 2010, hakupäivä 10.10.2012.) Kerhomme toiminta oli lapsilähtöistä. Saimme toiminnastamme rakentavaa palautetta lastentarhanopettajilta ja pystyimme hyödyntämään sitä. Prosessin aikana toimimme ammattieettisten periaatteiden mukaan kunnioittaen esimerkiksi lasten yksilöllisyyttä ja heidän yksityisyyden suojaansa. Kysyimme luvat haastatteluille ja valokuvaamiselle lasten vanhemmilta. Opinnäytetyön raportista ei voi tunnistaa yhteistyöpäiväkotia tai toimintaan osallistuneita lapsia: emme mainitse päiväkotia tai lapsia nimeltä. Opinnäytetyön valmistuttua tuhoamme äänittämämme ja valokuvaamamme materiaalin.

Ohjauksessa oli ja on edelleen kehittämisen tarvetta. Koimme kuitenkin onnistuneemme kiittävästi toiminnan toteutuksessa, eli ohjauksessa ja toimintakertojen sisällössä, sekä niiden kehittämisessä. Ohjauksen kehittämistä ovat tukeneet rakentava palaute ja oma itsearviointi sekä niiden myötä lisääntynyt itseluottamus. Mäkinen ym. (2009, 129) viittaavat Amundsoniin, jonka mukaan työntekijän itseluottamus syntyykin kokemuksesta, tuesta, rakentavasta palautteesta, onnistumisista, osaamisen kokemuksesta ja halukkuudesta kehittyä. Jotta työntekijä voisi tulla entistä pätevämmäksi, hänen on uskallettava toimia ja ottaa riskejä. Uskalsimme muokata toimintaamme ja kokeilla erilaisia toimintatapoja. (Mäkinen ym. 2009, 129)

Ryhmätyöskentely sujui opinnäytetyön aikana mielestämme erinomaisesti. Välttyimme suurilta riskitiedoilta, sillä kaikilla oli samansuuntaiset näkemykset opinnäytetyöstä ja sen tavoitteista. Jokainen toimi omalla persoonallisella tavallaan ja pystyimme sovittamaan toimintatapamme yhteen. Kolmen ihmisen ryhmässä saimme uusia näkökulmia asioihin ja keskustelua syntyi runsaasti. Ryhmä loi painetta opinnäytetyön etenemiselle, minkä ansiosta olemme pysyneet suunnitellussa aikataulussa. Kaikilla ilmeni samankaltaisia tuntemuksia opinnäytetyöaikana; välillä turhaudimme, mutta ryhmän tuella pystyimme jatkamaan motivoituneesti eteenpäin. Yhteistyö päivä-

kodin kanssa oli alusta asti toimivaa. Olisimme kuitenkin voineet valmistella tapaamisia tarkemmin, sillä se olisi auttanut enemmän toiminnan suunnittelussa.

Opinnäytetyömme selvä heikkous oli opinnäytetyömme suunnitelma, joka olisi kaivannut hieman lisää viimeistelyä sisältöön. Olimme mielessämme pohtineet paljon suunnitelmaan liittyviä asioita, mutta emme saaneet niitä tarpeeksi selkeästi kirjoitettua suunnitelmaan. Asiat olivat meille niin itsestään selviä, että emme osanneet asettua ulkopuolisen lukijan asemaan. Haasteellista oli myös tavoitteiden asettelu. Tavoitteet olivat hyvin lähellä toisiaan ja niiden sisällön ryhmittely oli vaikeaa, erityisesti arviointivaiheessa. Jos nyt aloittaisimme opinnäytetyön teon, rajaisimme tavoitteet selkeämmin ja yksinkertaisemmin, jolloin arviointi olisi helpompaa. Opinnäytetyön tavoitteiksi olisi riittänyt kaksi konkreettisempaa, rajattua ja toisistaan selkeästi erottuvaa tavoitetta nykyisten tavoitteiden sisällöstä. Kolmantena tavoitteena olisimme säilyttäneet omat oppimistavoitteemme.

Jatkotutkimuksen aiheeksi ehdottaisimme esimerkiksi tutkimusta päiväkotien perinneleikkittoumuksista. Siinä voitaisiin vertailla muutaman eri päiväkodin leikkitoimintaa ja perinneleikkien osuutta siinä. Toinen tutkimusaihe voisi liittyä päivähoidossa olevien lasten liikuntaan varhaiskasvatuksen ulkopuolella. Esimerkiksi vanhemmille voitaisiin tehdä kysely lasten liikkumisesta, sen määrästä, laadusta ja millaisena vanhemmat näkevät oman roolinsa liikkumisen tukijoina.

LÄHTEET

Alanen, L. & Karila, K. 2009. Lapsuus, lapsuuden instituutiot ja lasten toiminta. Tallinna: Vastapaino.

Autio, T. & Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito – Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Helsinki: Edita.

Dunderfelt, T. 2011. Elämänkaaripsykologia. Helsinki: WSOYpro Oy.

Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet. 2010. Helsinki: Opetushallitus.

Gallahue, D.L. & Cleland Donnelly, F. 2003. Developmental Physical Education for All Children. Fourth edition. Champaign : Human Kinetics.

Hakkarainen, P. 2008. Leikki ja leikin ohjaus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Pedagogiikan paikallat. Johdatus varhaiskasvatukseen ja -kehitykseen A. Helenius & R. Korhonen (toim.) Helsinki: WSOY, 99–107.

Hujala, E. & Turja, L. 2011. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hujala, E., Puroila, E.-M., Parrila, S. & Nivala, V. 2007. Päivähoidosta varhaiskasvatukseen. Hyvinkää: Edufin.

Hytönen, J. 2004. Lapsikeskeinen kasvatus. Juva: WSOY.

Hännikäinen, M. 2004a. Leikki ja leikillisuus yhteenkuuluvuuden tunteen rakentajina. Teoksessa Leikin pikkujättiläinen L. Piironen (toim.) Helsinki: WSOY, 150–157.

Hännikäinen, M. 2004b. Leikki lasten oppimisympäristönä. Teoksessa Leikin pikkujättiläinen. L. Piironen (toim.) Helsinki: WSOY, 360–367.

Johansson, E. & Pramling Samuelsson, I. 2007 "Att lära är nästan som att leka" – Lek och lärande i förskola och skola. Liber, Tukholma.

Järvinen, M., Laine, A. & Hellman-Suominen, K. 2009. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Helsinki: Kirjapaja.

Kalliala, M. 1999. Enkeliprinsessa ja itsari liukumäessä – leikkikulttuuri ja yhteiskunnan muutos. Helsinki: Gaudeamus.

Kalliala, M. 2011. Leikkivä kuusivuotias. Teoksessa T. Jantunen & R. Lautela. Lapsilähtöinen esiopetus. Latvia: Tammi, 12–30.

Karvinen, J., Rautio, S. & Rätty, K. 2010. Haasteena liikkumattomat lapset ja nuoret 2010. Helsinki: Lauttasaaren Reprotalo Oy.

Koivunen, P-L. 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Juva: PS-kustannus.

Mäkinen, P. 2006. Hippasilla - leikkejä ja pelejä pienille. Helsinki: Otava.

Mäkinen, P., Raatikainen, E., Rahikka, A. & Saarimo, T. 2009. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOY.

Numminen, P. 2005. Avaa ovi lapsen maailmaan: kysellään, ihmetellään ja liikutaan yhdessä. Tampere: Pilot-kustannus Oy

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2006. Ihmisen psykologinen kehitys. Helsinki: WSOY.

Oulun kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma – oululaisen ihmisenalun parraaksi. 2011. Sosiaali- ja terveystoimi.

Perinneleikkiopas. 2009.

<http://www.perinneleikit.com/UserFiles/LiiteTiedostot/19032010020611->

Perinneleikkiopas1_2009.pdf (Hakupäivä 22.9.2011)

Piironen, L. 2004. Leikin voima taidekasvatuksessa. Teoksessa Leikin pikkujättiläinen. L. Piironen (toim.) Helsinki: WSOY, 316–325.

Pulli, E. 2001. Opi liikkuen, liiku leikkien: liikuntaa esiopetukseen. Helsinki: Tammi.

Rauhala, L. 2005 Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Yliopistopaino.

Riihelä, M. 2004. Elämä on ehkä sittenkin vain leikkiä! Teoksessa Leikin pikkujättiläinen L. Piironen (toim.) Helsinki: WSOY, 24–37.

Sinkkonen, J. 2004. Leikki on luovuuden äiti. Teoksessa Leikin pikkujättiläinen L. Piironen (toim.) Helsinki: WSOY, 68–77.

Tynjälä, P. 1999 Oppiminen tiedon rakentamisena: Konstruktivistisen oppimiskäsityksen perusteita. Helsinki: Kirjayhtymä.

Sosiaaliportti. Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto. Materiaalia. Sosionomin AMK osaaminen, kompetenssit varhaiskasvatuksessa 2010. Hakupäivä 10.10.2012.

<http://www.sosiaaliportti.fi/File/8e8f7501-18ce-446d-8105-f8b54447cca3/KOMPETENSSIT+KOULUTUKSEN+ERI+VAIHEISSA+04+2011.pdf>

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. 2005. Sosiaali- ja terveysministeriö.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2005. Stakes. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Saarijärvi: Gummerus kirjapaino.

Vilkka, H. & Airaksinen T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Virtuaali-AMK

<http://www.amk.fi/opintojaksot/0407016/1138352400309/1157026947138/1157030182944/1157031497033.html> (Hakupäivä 12.5.2011)

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Helsinki: LK-kirjat.

LIITTEET

Liite 1: Suunnitelma Hippakerhon toteutuksesta

Liite 2: Leikkien ohjeet

Liite 3: Väliarviointi henkilökunnalta

Liite 4: Loppuarviointi henkilökunnalta

Liite 5: Väliarviointi ohjaajilta

Liite 6: Opinnäytetyön lupa

Liite 7: Kirje vanhemmille Hippakerhosta

Liite 8: Tiedote vanhemmille

Liite 9: Hippakerhon todistus

	Ohjaajien tavoitteet	Lasten tavoitteet	Leikit	Perustelut	Arviointi
Ensimmäinen kerta	<p>Lapsiin tutustuminen jatkuu.</p> <p>Ohjaajan roolin ottaminen.</p> <p>Yhden uuden leikin opettaminen ja siihen innostaminen.</p> <p>Suunnitelmapohjan mukaan toimiminen joustavasti.</p>	<p>Tutustuminen meihin jatkuu.</p> <p>Monipuolinen liikkuminen</p> <p>Uuden leikin oppiminen ja leikkiminen sujuvasti.</p> <p>Liikuntaleikeistä innostuminen</p>	<p>Alkuleikki</p> <p>Polttopallo/ puuropata</p> <p>Maa, meri, laiva</p> <p>Loppuleikki</p>	<p>Tuttu alk- ja loppuleikki rytmittävät kerhon lapsille.</p> <p>Lapsille tuttu leikki ja pitävät siitä.</p> <p>Yksi uusi leikki lapsille leikitettäväksi. Liikuntaleikki, voidaan kävellä, juosta, kontata tai rapukävellä paikasta toiseen. Vaikuttaa reagoitokykyyn.</p> <p>Rauhoitetaan ruokailua varten.</p>	<p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> lapsilta kyselemällä työntekijöiltä haastattelemalla oma <p>Arvioidaan toimintaa omien havaintojen ja itsearviointin avulla. Arvioidaan palaute suhteessa lasten ja ohjaajien tavoitteisiin.</p>
Toinen kerta	<p>Yhden uuden leikin opettaminen ja siihen innostaminen.</p> <p>Uudenlaisen ohjaajan roolin ottaminen.</p> <p>Lasten havainnointi leikin lomassa.</p> <p>Suunnitelmapohjan mukaan toimiminen joustavasti.</p>	<p>Lasten oppimisprosessin jatkuminen (kerrataan joku vanha leikki)</p> <p>Monipuolinen liikkuminen</p> <p>Uuden leikin oppiminen ja leikkiminen sujuvasti.</p> <p>Liikuntaleikeistä innostuminen</p>	<p>Alkuleikki</p> <p>Polttopallo/ puuropata/ Maa, meri, laiva</p> <p>Kuka pelkää peikkoa</p> <p>Loppuleikki + rump-rump-rellaa loru</p>	<p>Tuttu alk- ja loppuleikki rytmittävät kerhon lapsille.</p> <p>Lapsille tuttu leikki. Toisto auttaa lasta muistamaan ja oppimaan paremmin.</p> <p>Juoksuleikki, syke nousee.</p> <p>Pohjustetaan seuraavan kerran leikkiä. Opetetaan uusi leikki palasina. Rauhoitetaan ruokailua varten.</p>	<p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> lapsilta kyselemällä työntekijöiltä haastattelemalla oma <p>Arvioidaan toimintaa omien havaintojen ja itsearviointin avulla. Arvioidaan palaute suhteessa lasten ja ohjaajien tavoitteisiin.</p>

Kolmas kerta	<p>Yhden uuden leikin opettaminen ja siihen innostaminen.</p> <p>Uudenlaisen ohjaajan roolin ottaminen.</p> <p>Lasten havainnointi leikin lomassa.</p> <p>Suunnitelmapohjan mukaan toimiminen joustavasti.</p>	<p>Sanoilla leikittely</p> <p>Lasten oppimisprosessin jatkuminen.</p> <p>Monipuolinen liikkuminen</p> <p>Uuden leikin oppiminen ja leikkiminen sujuvasti yhdessä.</p> <p>Liikuntaleikeistä innostuminen</p>	<p>Alkuleikki</p> <p>Rump-rump-rellaa</p> <p>Maa, meri, laiva/ Kuka pelkää peikkoa</p> <p>Loppuleikki</p>	<p>Tuttu alku- ja loppuleikki rytmittävät kerhon lapsille.</p> <p>Aiemmin opeteltuun loruun tuodaan leikki mukaan. Lapset pitävät sanoilla leikkimisestä ja vaikuttaa kielelliseen kehitykseen.</p> <p>Toisto auttaa lasta muistamaan ja oppimaan paremmin.</p> <p>Rauhoitutaan ruokailua varten.</p>	<p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> lapsilta kyselemällä työntekijöiltä haastattelemalla oma <p>Arvioidaan toimintaa omien havaintojen ja itsearviointin avulla. Arvioidaan palaute suhteessa lasten ja ohjaajien tavoitteisiin.</p>
Neljäs kerta	<p>Ohjauksen kehittymisen varmemmaksi ja sujuvammaksi.</p> <p>Lasten innostaminen</p> <p>Lasten havainnointi leikin lomassa.</p> <p>Suunnitelmapohjan mukaan toimiminen joustavasti.</p>	<p>Lasten oppimisprosessin jatkuminen.</p> <p>Monipuolinen liikkuminen</p> <p>Kerhon aikana opittujen leikkien osaaminen ja sujuva leikkiminen yhdessä.</p> <p>Liikuntaleikeistä innostuminen</p>	<p>Alkuleikki</p> <p>Maa, meri, laiva/ Kuka pelkää peikkoa/ Rump-rump-rellaa</p> <p>Loppuleikki</p> <p>Kerhon päättäminen+ todistukset</p>	<p>Tuttu alku- ja loppuleikki rytmittävät kerhon lapsille.</p> <p>Toisto auttaa lasta muistamaan ja oppimaan paremmin.</p> <p>Rauhoitutaan ruokailua varten.</p> <p>Muisto lapsille ja kerhon lopettaminen.</p>	<p>Palaute:</p> <ul style="list-style-type: none"> lapsilta kyselemällä työntekijöiltä haastattelemalla oma <p>Arvioidaan toimintaa omien havaintojen ja itsearviointin avulla. Arvioidaan palaute suhteessa lasten ja ohjaajien tavoitteisiin.</p>

Leikkien ohjeet

Polttopallo

Leikkialueelle piirretään iso ympyrä. Leikkijät seisovat ympyrässä ja yksi leikkijöistä seisoo polttajana ympyrän ulkopuolella. Polttaja yrittää pallolla osua ympyrän sisällä olevia polven alapuolelle. Polttaja ei saa astua ympyrän sisään. Ne, joihin osuu joutuvat myös polttajiksi. Viimeiseksi ympyrään jäänyt on voittaja.

Puuropata

Maahan piirretyn ympyrän kehälle piirretään jokaiselle leikkijälle oma puoliympyrän muotoinen paikka. Yhdestä leikkijästä tulee kiertäjä ja muut asettuvat ympyrän kehälle omiin paikkoihinsa. Kiertäjä kulkee leikkijöiden takaa kepin/kävyntikun kanssa ja pudottaa sen mahdollisimman huomaamattomasti jonkun leikkijän kohdalle tämän taakse. Kepin tms. taakse saanut leikkijä nappaa sen ja lähtee juoksemaan vastakkaiseen suuntaan kuin kiertäjä. Molemmat yrittävät päästä tyhjäksi jääneeseen paikkaan. Se, joka ei ehdi ensimmäisenä perille, jatkaa kiertäjänä. Ympyrän keskelle on piirretty myös pienempi ympyrä eli puuropata, sinne joutuu, jos ei huomaa keppeä sillä aikaa, kun kiertäjä on tehnyt kepin jätön jälkeen kokonaisen kierroksen. Puuropadasta pääsee pois, kun seuraava leikkijä joutuu sinne tai miten erikseen sovitaan.

Maa, meri, laiva

Leikkialueelle määritetään kolme paikkaa, jotka edustavat maata, merta ja laivaa. Ohjaaja tai yksi leikkijöistä on käskyttäjä, jonka komennon mukaan muut esimerkiksi juoksevat, kävelevät, ryömiävät, konttaavat tai hyppivät yhdellä jalalla mahdollisimman nopeasti oikeaan paikkaan. Käskyttäjä sanoo paikan (maa, meri tai laiva) ja tavan, jolloin lapset liikkuvat.

Kuka pelkää peikkoa

Yksi leikkijöistä on peikko, joka ottaa muita kiinni. Leikkialueen eri puolilla on kaksi turvaa, joiden välillä leikkijät juoksevat peikkoa karkuun. Kun peikko huutaa "Kuka pelkää peikkoa", leikkijät lähtevät turvasta 1 turvaan 2. Peikko yrittää ottaa mahdollisimman monta leikkijää kiinni apupeikoiksi. Kiinnijääneet ottavat seuraavalla kierroksella muita leikkijöitä kiinni.

Rump-rump-rellaa

Kaksi leikkijöistä valitaan portiksi, jotka antavat salaa muilta itselleen nimet esim. mustikka ja mansikka. Leikkijät kulkevat pitkänä jonona portin alta laulaen laulua:

Rump, rump rellaa,

reka reka rellaa.

Seisahduppas sekarloo.

Mi vastoin käy, mi vastoin käy.

Ahnestippas kallistarööraa,

esikunta arestissa röskyttä rös.

Sanalla ”röskyttä RÖS” portti sulkeutuu ja kiinnijoutuneelta kysytään hiljaa, ”kumman valitset mansikan vai mustikan”. Valittuaan jommankumman, kiinnijäänyt asettuu portin taakse seisomaan ottaen kiinni tätä vyötäisiltä. Leikkiä jatketaan kunnes kaikki leikkijät ovat porttien takana. Lopulta kisaillaan vetämällä portteja erilleen toisistaan. Se puoli, joka saa portin auki tai kaadettua on voittaja.

(Perinneleikkiopas 2009, 4)

Marjakori

Yksi leikkijöistä on hippa, joka jää leikkialueen keskelle. Muut leikkijät menevät alueen toiseen pätyyn. Marjoja on kolme: mansikka, mustikka, vadelma. Jokainen leikkijä miettii mielessään, mikä marja haluaa olla. Kun kaikki ovat päättäneet, hippa huutaa vuorotellen marjoja, jolloin marjojen täytyy päästä leikkialueen toiseen pätyyn. Kiinnijääneet jäävät hipan avuksi. Hipan huutessa ”marjakori”, kaikkien marjojen täytyy lähteä liikkeelle.

Värit

Valitaan yksi leikkijä johtajaksi. Muut leikkijät menevät salin toiseen päähän. Johtaja sanoo jonkun värin ja miten ja kuinka paljon saa liikkua. Kaikki joilla on vaatteissaan mainittua väriä, saavat lähestyä johtajaa ohjeen mukaan.

Johtaja voi keksiä hauskoja tapoja liikkua kuten karhun askel tai tipuaskel tai loikka. Ensimmäisenä johtajan luokse päässyt on voittaja ja saa olla seuraava johtaja.

Peili

Valitaan yksi leikkijöistä ”peiliksi”. Peili asettuu salin toiseen pätyyn ja loput leikkijät toiseen. Peili kääntyy selkä selin muihin leikkijöihin. Silloin kun peili ei näe muita pelaajia, saa liikkua kohti sei-

nää. Aina kun peili kääntyy leikkijöitä kohti, pitää pysähtyä mahdollisimman nopeasti. Jos peili näkee jonkun liikkuvan, huutaa hän tämän nimen. Nähdyn tulleen pitää palata takaisin lähtöviivalle ja aloittaa alusta. Pelin voittaa se, joka pääsee peilin huomaamatta ensimmäisenä koskemaan seinää. Voittaja saa toimia seuraavan kierroksen peilinä.

Haarahippa

Yksi tai kaksi hippaa ottaa muita kiinni. Kiinnijäänyt jää seisomaan leveään haara-asentoon kädet ylhäällä, x-asentoon. Kun joku toinen leikkijä ryömii tämän jalkojen välistä, hän pelastuu ja saa jatkaa juoksemista.

VÄLIARVIOINTI HENKILÖKUNNALTA

päivämäärä

- Miten ohjaaminen onnistui? Voisiko jotain tehdä toisin?
- Oliko opettaminen johdonmukaista? Miten uuden leikin opettaminen onnistui?
- Miten lapset innostuivat kerhossa? Miten osallistuivat leikkeihin?
- Millaisia leikit olivat (sopivuus, monipuolisuus)?
- Muuta?

LIITE 4

LOPPUARVIOINTI HENKILÖKUNNALTA

- Onko lasten innostus liikunnasta näkynyt päiväkodissa? Miten? Ovatko lapset puhuneet vanhempien kanssa Hippakerhosta?
- Ovatko lapset leikkineet Hippakerhossa leikittyjä leikkejä?
- Näkyikö kerhon aikana ohjaajien toiminnassa kehittymistä? Miten?
- Miten lapsilähtöisyys toteutui toiminnassamme?
- Millainen kokonaiskuva jäi Hippakerhosta?

VÄLIARVIOINTI OHJAAJILTA

päivämäärä

- Miten ohjaaminen onnistui, ohjaajan roolit? Voisiko jotain tehdä toisin? Onnistuiko työnjako?
- Oliko opettaminen johdonmukaista? Miten uuden leikin opettaminen onnistui?
- Miten innostimme lapsia leikkimään, millainen oma asenteemme oli?
- Millaisia lapset olivat leikkiessä? Miten uuden leikin leikkiminen onnistui?
- Toteutuivatko suunnitelmapohja ja leikit odotetusti?
- Mitä havaitsimme ryhmästä? Onnistuiko havainnointi leikin lomassa?
- Muuta?

LIITE 6





Oulun kaupunki
Opetustoimi
Varhaiskasvatus
Palvelujohtaja

Päätös

18 §

Päivämäärä
13.1.2012

Dnro
OUKA : 7 /045/2012

ASIANOSAINEN/ ASIA	Anttila Tiina, Pohjola Laura, Anna-Kristiina Sirviö/Liikunnallisten perinneleikkien Hippakerho innostamassa lasta liikkumaan/Oulun seudun ammattikorkeakoulu, sosiaalialan oppilaitos	
LAUSUNNON ANTAJAT/ LAUSUNNOT		
PÄÄTÖS/PERUSTELUT	Hyväksytään opinnäytetyön suorittaminen hakemuksen mukaisesti. Yksi kappale valmiista työstä on toimitettava päivähoidon käyttöön päätöksen tekijälle.	
ALLEKIRJOITUKSET	<div> <div>Päätöksen tekijä</div> <div>Päätösluettelon pitäjä</div> <div>  Ulla Rissanen Palvelujohtaja </div> <div>  Anne Niskakoski johtajan sihteeri </div> </div>	
OIKAISUVAATIMUS- VIRANOMAINEN	Tähän päätökseen ei ole oikaisuvaatimusosoikeutta.	
ILMOITUS OTTO- OIKEUTETULLE VIRANOMAISELLE		
TIEDOKSI ANTAMINEN/ NÄHTÄVILLÄ	Hakija	

LIITE 7

Esikoululaisen huoltajalle

Olemme kolmannen vuoden sosionomiopiskelijoita Oulun seudun ammattikorkeakoulusta. Toteutamme opinnäytetyömme eli lopputyön [REDACTED] päiväkodin eskariryhmissä: suunnittelemme ja ohjaamme liikuntakerhon. Kerhon nimi on Hippakerho ja sen teemana ovat liikunnalliset perinneleikit. Haluamme tukea lasten innostusta liikuntaan, vahvistaa positiivista käsitystä liikunnasta sekä kannustaa lasta liikkumaan omaehtoisesti, jotta liikunnasta tulisi päivittäinen osa lapsen arkea.

Hippakerho alkaa tiistaina XX ja päättyy keskiviikkona XX. Kerho on A-ryhmän ja B-ryhmän omilla salivuoroilla (A-ryhmä ti klo 10-11, B-ryhmä ke klo 10-11). Kummallakin ryhmällä on kolme liikunta kertaa. Viimeinen, neljäs kerta on yhteinen. Sään salliessa yksi pienryhmien liikuntakerta ja neljäs yhteinen kerta ovat ulkona.

Haluaisimme valokuvata lapsia Hippakerhon aikana leikkiutilanteissa. Otamme kuvat siten, että lapsia ei tunnista. Emme mainitse [REDACTED] päiväkotia emmekä lapsia nimeltä opinnäytetyössämme. Lisäksi haluamme palautetta lapsilta liikuntakerhon aikana, joten haluaisimme äänittää ”palautekeskustelut”. Käytämme opinnäytetyössämme lasten kommentteja nimettöminä ja tuhoamme äänitteen työn valmistuttua. Opinnäytetyömme julkaistaan kirjallisessa ja sähköisessä muodossa, se on siis saatavilla Oulun seudun ammattikorkean kirjastossa sekä Theseus - järjestelmässä internetissä.

Ystävällisin terveisin

Tiina Anttila, Laura Pohjola ja Anna-Kristiina Sirviö

Annan luvan ☐

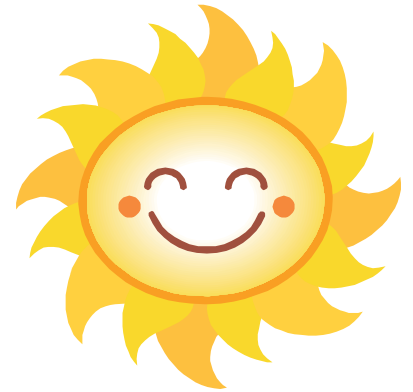
Palauta XX mennessä

En anna lupaa ☐

_____ (lapsen nimi) valokuvaukseen ja kommenttien
äänittämiseen.

Huoltajan

allekirjoitus



Hippakerho alkaa!

Hippakerho alkaa A-ryhmän lapsille tiistaina 27.3.2012 ja B-ryhmän lapsille keskiviikkona 28.3.2012. Kerho on A-ryhmän (ti klo 10-11) ja B-ryhmän (ke klo 10-11) omilla salivuoroilla. Kummallakin ryhmällä on neljä liikunta kertaa. Poikkeuksena viikolla 16 (17. ja 18.4.) kerhoa ei pidetä. Kerhon viimeinen kerta on A-ryhmällä 24.4. ja B-ryhmällä 25.4.

Hippakerho on osa opinnäytetyötämme. Kerhossa leikitään liikunnallisia perinneleikkejä iloisella mielellä. Tavoitteena on tukea lasten innostusta liikuntaan, vahvistaa positiivista käsitystä liikunnasta sekä kannustaa lasta liikkumaan omaehtoisesti.

Syksyllä olemme kysyneet teiltä lasten huoltajilta luvan lasten valokuvaamiseen ja kommenttien äänittämiseen. Jos olette muuttaneet mieltänne luvan suhteen, ilmoittakaa asiasta ryhmän aikuisille.

Keväisin terveisin

sosionomiopiskelijat Anna, Laura ja Tiina

HIPPAKERHO

Todistus

on osallistunut iloisella mielellä Hippakerhoon.
Hippakerhossa opettelimme hauskoja,
liikunnallisia perinneleikkejä.

Paikka ja aika

Hippakerhon ohjaajat

